T.C.
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI

YİYECEK İÇECEK HİZMETLERİ

TÜRK MUTFAĞINA ÖZGÜ SEBZE YEMEKLERİ
811ORK052

Ankara, 2011

- Bu modül, mesleki ve teknik eğitim okul/kurumlarında uygulanan Çerçeve Öğretim Programlarında yer alan yeterlikleri kazandırmaya yönelik olarak öğrencilere rehberlik etmek amacıyla hazırlanmış bireysel öğrenme materyalidir.

- Millî Eğitim Bakanlığınca ücretsiz olarak verilmiştir.

- PARA İLE SATILMAZ.

İÇİNDEKİLER

AÇIKLAMALAR

KOD	**811ORK052**
ALAN	**Yiyecek İçecek Hizmetleri**
DAL/MESLEK	**Aşçılık**
MODÜLÜN ADI	**Türk Mutfağına Özgü Sebze Yemekleri**
MODÜLÜN TANIMI	Türk Mutfağına özgü sebze yemeklerinin çeşitlerini tanıyarak özelliğine uygun olarak kullanıma hazırlayabilme, pişirebilme servise hazır hale getirebilme becerilerinin anlatıldığı öğrenme materyalidir.
SÜRE	40/24
ÖN KOŞULLAR	
YETERLİK	Türk Mutfağına özgü sebze yemeklerini pişirmek
MODÜLÜN AMACI	**Genel Amaç** Uygun mutfak ortamı sağlandığında yörelere özgü sebze yemeklerini istenilen lezzet-kıvam ve görünümde pişirerek servise hazır hale getirebileceksiniz. **Amaçlar** **1.** Türk Mutfağına özgü sıcak sebze yemeklerini istenilen lezzet kıvam ve görünümde pişirerek servise hazır hale getirebileceksiniz **2.** Türk Mutfağına özgü soğuk sebze yemeklerini istenilen lezzet kıvam ve görünümde pişirerek servise hazır hale getirebileceksiniz.
EĞİTİM ÖĞRETİM ORTAMLARI VE DONANIMLARI	Ocak, fırın, tencere, tava, tepsi, güveç, tahta kaşık, küvet, kevgir, doğrama tahtası, rende, bıçak
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME	Modülün içinde yer alan her bir öğrenme faaliyetinden sonra verilen ölçme araçları ile kendinizi değerlendireceksiniz. Modül sonunda ise kazandığınız bilgi, beceri ve tavırları ölçmek amacıyla öğretmen tarafından hazırlanacak ölçme araçları ile değerlendirileceksiniz.

GİRİŞ

Sevgili Öğrenci,

Aşçılık, geleceği parlak bir iş, aynı zamanda bir sanattır. Bu işi en güzel şekilde yapabilmek için gereken bilgi ve beceriyi kazanmak şarttır. Elinizdeki modülü en iyi şekilde öğrenmek size başarının kapılarını açmakta yardımcı olacaktır. Bir milletin kültürünün en önemli parçalarından biri mutfağıdır. Bu modülle sahip olduğun zengin Türk mutfak kültürünü tanımaya başlayacaksınız.

Bu modül ile dünyadaki beş temel mutfaktan biri olan Türk Mutfağını unutulmaktan kurtarıp saygın konuma yükselmesine katkı sağlayacaksınız.. Aynı zamanda beslenmenin temel taşlarından biri olan sebzelerin, Türk Mutfak kültüründeki yerini, önemini kavrayacaksınız.

Sebzelerin Türk mutfağında nasıl hazırlanıp pişirildiğini öğreneceksiniz. Bunu yaparken Türk mutfağında kullanılan güveç vb. özel pişirme araçlarını kullanma yeterliğini kazanacaksınız. Bu yemeklerin mönüdeki yerini ve önemini kavrayacaksınız.

Ayrıca, tahıl, et vb. ürünlerle birlikte sebzelerin pişirilmesini kavrarken Türk mutfağının temel pişirme teknikleri hakkında bilgi sahibi olacaksınız.

Bu modülle kazanacağınız bilgi ve beceriler ile hedeflerinize biraz daha yaklaşmış olacaksınız.



ÖĞRENME FAALİYETİ–1

AMAÇ

Yörelere özgü sebze yemeklerini, istenilen lezzet, kıvam ve görünümde pişirerek servise hazır hale getirebileceksiniz.

ARAŞTIRMA

- Bulunduğunuz çevredeki yöresel sebze yemeklerini araştırınız.
- Bulunduğunuz çevrede yetiştirilen sebze türlerini araştırınız
- Çevrenizdeki restoranlardan ve kurum mutfaklarından sebze yemeklerini araştırınız.
- Çevrenizdeki otellerin mutfaklarında sebze yemeklerinin çeşitlerini araştırınız.

1. SICAK SEBZE YEMEKLERİ



Resim 1. 1: Geleneksel soframız

1.1. Sebze Yemeklerinin Türk Mutfağındaki Yeri ve Önemi

Sebze ve meyveler beslenmede kullanılan bitkisel besinlerin yenebilen kısımlarıdır. Türk mutfağında et ve hamur işleri kadar önemli bir bölümü oluşturur ve tatlı, tuzlu olarak çeşitli türlerde kullanılır. Sindirimleri kolay, besleyici değerleri açısından da son derece zengindirler. Çiğ ve pişmiş olarak sevilererek tüketilen yiyeceklerdir.

Mönülerde kullanılış özelliklerine göre baştan sona her yerde yer alırlar. Sebze yemeği olarak kullanılırlarsa çorba, yumurta, balık, et, tavuktan sonra, pilav, makarna ve börekten önce yer alır.

Türk Mutfağının, Ortadoğu dışındaki bütün diğer yabancı mutfaklara karşı en büyük üstünlüğü, hiç kuşkusuz yüzlerce sebze yemeğinde yatmaktadır. Türk Mutfağının sebze yemekleri, her biri ayrı ayrı bir başyemek niteliği ile bu mutfağın renkliliğin en güzel örneğini oluşturmaktadır.

Türk Mutfağı'nın sebze yemekleri ucuz, yapımı kolay, sağlık ve beslenme açısından son derece yararlı olduğundan diğer mutfakların yemeklerine oranla daha üstünlük gösterir.

Türk Mutfağı'nda sebzeler hiçbir mutfakta görülmeyecek kadar çeşitlilik göstermektedir. Sebzeler, etli, sadeyağlı, tereyağlı, zeytinyağlı ve tatlı olarak değişik türlerde hazırlanabilmektedir. Salata, piyaz vb salatalardan birkaç misli fazla örnekler veren turşular, Türk Mutfağı'nın sebze zenginliğine diğer sebze yemekleriyle birlikte iyi birer örnek teşkil ederler.

Türk Mutfağının bilinmeyen yönlerinden biri de meyvelerin yahni, bastı, dolma vb gibi etli ya da etsiz kullanılmasıdır. Ayva yahnisi, elma dolması, erik dolması, erik yahnisi, kayısı yahnisi, kestane yahnisi, armut bastısı, ayva bastısı, erik bastısı, kayısı bastısı gibi örnekleri çoğaltmak mümkündür. Türk Mutfağı her çeşit meyvenin kullanımında da sebzeler kadar büyük bir zenginlik ve çeşitlilik göstermektedir. Geleneksel olarak misafir ağırlamanın çok önemli olduğu toplumumuzda, aniden ve habersiz gelen misafirlere bile ikramlar yapılırdı. İmkânların yetersiz olduğu zamanlarda ya da aniden gelen misafirler için elde bulunan malzemelerle üretilmiş çok çeşitli yemeklerimiz vardır. Özellikle meyvelerle yapılan sıcak ve soğuk yemekler bu şekilde doğmuş ve günümüze kadar gelmiştir. O nedenle sıcak sebze yemekleri arasında meyve yemeklerini de görebilirsiniz.

Sebze çeşitleri, özellikleri ve sebze hazırlama araçları ve sebze doğrama yöntemleri ile ilgili olarak Sebzeleri Pişirmeye Hazırlama modülünü tekrar inceleyiniz

Sıcak sebze yemek çeşitlerine geçmeden önce Sebze Garnitürleri modüllerini tekrar inceleyiniz.

1.2. Sıcak Sebze Yemek Çeşitleri

Türk Mutfağında sıcak sebze yemekleri genellikle etli sebze yemekleridir ve esas yemek olarak sofralarımızda yer alır. Sebzeli kebaplara göre et ölçüsü yarıya yakın azdır. Kısacası sebzeli kebaplardan farkı etin daha az kullanılmasıdır.

Genelde üç esas üzerinden hazırlanır:

- Et ve sebzeler çiğden bir araya getirilip ocak veya fırında pişirilir.
- Etler önce az yağda suyu saldırılmadan kavrulur, Brunoisse soğan ve salça ilavesiyle pişmeye başlar. Pişmeye yakın sebze ilave edilir. Buradaki sebzeler patlıcan vb. yumuşak sebzeler olabilir.
- Kavrulan et, soğan ve salçadan sonra sebze de konulup her beraber pişer.




Resim1. 2: Musakkalar

1.2.1. Musakkalar

Sebzelerin doğranıp hafif yağda kızartılması, ayrı bir kapta soğan, kıyma ve bazen salça veya domatesin kavrularak kızaran sebzelerle su ilavesiyle pişirilmesidir. Musakkalar zaman zaman oturtmalarla birlikte ele alınmaktadır. Hem sebzelerin önceden kızartılması, hem de harçlarının aynı olması gibi ortak özellikleri vardır. Bazı sebzeler lezzet açısından mutlaka zeytinyağında kızartılmalıdır. Bazıları ise kızartılmadan da kullanılabilir. Harç ise mutlaka bol olmalıdır. Sadece soğan harca yeterince tat katamaz. O nedenle en azından karabiber yeterince kullanılmalıdır. Birde musakkaların genellikle açık ateşte pişirilmesine oranla üzerinin bir yağlı kâğıtla örtülerek fırında pişirilmesi lezzetinin daha güzel olmasını sağlayacaktır.

1.2.1.1. Türk mutfağında yapılan musakka yemek çeşitleri ve işlem basamakları:

- **Bezelye musakka:**
  - Gereçler:
    - 1 kg bezelye
    - 2 ezilmiş domates ya da
    - 20 gr salça
    - 250 g orta yağlı kıyma
    - 30 gr tereyağı
    - 3 orta boy soğan
    - 500 ml et suyu
    - 5 gr tuz
    - 4 gr kırmızıbiber
    - 2 gr karabiber

  - İşlem Basamakları
    - Körpe taze bezelyeler ayıklanır ve yıkanır
    - İnce doğranmış soğan yağda kavrulur.
    - Sonra kıyma eklenerek kavurmaya devam edilir.
    - Ateşten alınır.
    - Ayrı kapta salça (domates ezmesi), et suyu tuz ve baharatlar karıştırılır.
    - Tencereye bir kat bezelye bir kat harç döşenir.
    - Üzerine salçalı et suyu eklenir.
    - Kısık ateşte pişirilir.
    - İstenirse 2 adet concasse domates de eklenir.
    - Patates, yerelması, kabak ve patlıcan musakkası

Yapımları aynıdır ancak bunlar kızartıldıktan sonra tepsiye dizilirler. Üçü de halka doğranır ancak patlıcan kabukları aralıklı olarak soyulur.

- **Fasulye musakka:**
  - Gereçler:
    - 1 kg taze fasulye
    - 250 g orta yağlı kıyma
    - 30 gr tereyağı
    - 3 orta boy soğan
    - 250 ml et suyu

- 5 gr tuz
- 4 gr kırmızıbiber

- **İşlem Basamakları**
  - Fasulyeler yıkanır, ayıklanır ve haşlanır.
  - İnce doğranmış soğan yağda kavrulur.
  - Sonra kıyma eklenerek kavurmaya devam edilir.
  - Ateşten alınır.
  - Ayrı kapta et suyu, tuz ve baharatlar karıştırılır.
  - İsteğe göre salca ya da domates eklenebilir.
  - Tepsiye önce fasulyeler sonra harç döşenir.
  - Üzerine et suyu eklenerek suyunu çekene kadar pişirilir.
  - Kısık ateşte veya fırında pişirilebilir.
  - İsteğe göre yanında sarımsaklı yoğurt verilebilir.

- **Havuç musakka**
  - **Gereçler:**
    - 1 kg havuç
    - 250 g yağlı kıyma
    - 30 gr tereyağı,
    - 3 orta boy soğan
    - 250 ml et suyu
    - 5 gr tuz
    - 4 gr kırmızıbiber

  - **İşlem Basamakları**
    - Havuçların dışı kazınarak vichy usulü doğranır.
    - İnce doğranmış soğan yağda kavrulur.
    - Sonra kıyma eklenerek kavurmaya devam edilir.
    - Ateşten alınır.
    - Ayrı kapta et suyu, tuz ve baharatlar karıştırılır.
    - Tencereye bir sıra havuç bir sıra harç döşenir.
    - Havuçlar bıraktığı suyunu çekene kadar pişirilir.
    - Üzerine et suyu eklenerek suyunu çekene kadar kısık ateşte pişirilir.

Not: Karnabahar ve pırasa musakka yemekleri de havuç musakkada olduğu gibidir. Ancak pırasaların beyaz kısımları halka halka doğranır. Karnabaharlar ise doğranmaz, dal-dal kullanılır.

- **Ispanak musakka**
  - Gereçler:
    - 2 kg ıspanak
    - 250 g yağlı kıyma
    - 30 gr tereyağı
    - 3 orta boy soğan
    - 250 ml et suyu
    - 5 gr tuz
    - 4 gr kırmızıbiber

  - **İşlem Basamakları**
    - Ispanakların kökleri dört parmak kadar uzunlukta yapraklarından ayrılır, ayıklanır ve yıkanır.
    - Ispanak kökleri tepelerinden ayrılmadan dörde bölünür.
    - İnce doğranmış soğan yağda kavrulur.
    - Sonra kıyma eklenerek kavrulur ve ateşten alınır.
    - Kavrulmuş kıymanın bir kısmı tencereye konur.
    - Köklerinin baş kısımları alta gelecek şekilde kıymanın üzerine yerleştirilir.
    - Tekrar bir sıra harç, bir sıra ıspanak olarak kalanı döşenir.
    - Tuz biber ve et suyu eklenerek hafif ateşte pişirilir.
    - Limon suyu ile sofraya alınır.
    - İstenirse 1 limon suyu ve 1 yumurta sarısıyla terbiye hazırlanarak da servise alınabilir.

- **Şalgam musakka**
  - **Gereçler:**
    - 1 kg şalgam
    - 250 g yağlı kıyma
    - 100 g tereyağı
    - 3 orta boy soğan
    - 3 domates
    - 250 ml et suyu
    - 5 gr tuz / toz şeker
    - 1 y.k. çam fıstığı
    - 1 y.k. kuş üzümü
    - 1 tatlı kaşığı kırmızıbiber, karabiber, tarçın, yenibahar

- **İşlem Basamakları**
  - Şalgamlar yıkanır ve soyularak içleri oyulur.
  - Tereyağında sararıncaya kadar kızartılır.
  - Önce ince doğranmış soğan sonra da kıyma eklenerek yağda kavrulur.
  - Doğranmış domates eklenerek kavurmaya devam edilir.
  - Fıstık, kuş üzümü ve baharatlar eklenerek ateşten alınır.
  - Ayrı kapta et suyu, tuz ve baharatlar karıştırılır.
  - Şalgamlar harçla doldurularak tepsiye sıralanır.
  - Üzerine et suyu gezdirilir.
  - Fırında ya da kısık ateşte şalgamlar yumuşayıncaya kadar pişirilir.

➢ **Domates musakka:**

- **Gereçler:**
  - 8 adet orta boy domates
  - 250 gr yağlı kıyma
  - 3 orta boy soğan
  - 1 tatlı kaşığı tuz
  - 1 yemek kaşığı çam fıstığı
  - 1 yemek kaşığı kuş üzümü
  - 1 fiske karabiber
  - 1 çay kaşığı kırmızıbiber
  - 1 çay kaşığı kekik ve tarçın
  - 1-2 yemek k. galeta tozu
  - 100 ml et suyu

- **İşlem Basamakları**
  - Domatesler yıkanır ve sap kısmından kapak açılarak içi oyulur
  - İnce doğranmış soğan, kıyma, çam fıstığı,
  - kuş üzümü ve baharatlar eklenerek kavrulur ve ateşten alınır.
  - Domateslerin oyulan kısımlarına harç doldurulur.
  - Yağlanmış tepsiye dizilir.
  - Ayrı bir kapta domatesin içinden çıkanların yarısı bir miktar et suyuyla ezilerek tepsiye dökülür.
  - Domateslerin üzerine galeta tozu serpilir.
  - Fırında domatesler yumuşayıncaya kadar pişirilir.

- **Diğer musakka yemek çeşitleri:**
  - Kabak musakka
  - Fasulye musakka
  - Karnabahar musakka
  - Pırasa musakka

- **Servise hazırlama da dikkat edilecek noktalar:**
  - Musakkalar piştikten sonra tepsi ya da tencere içinde sofraya getirilebilir.
  - Ayrıca yemeğin tamamını alabilecek bir servis kabına şeklini bozmadan çevirerek de sofraya alınabilir.
  - Bazı çeşitlerinde (ıspanak gibi.) yumurta ve limon suyuyla hazırlanmış terbiye ile servise hazırlanabilir.
  - Fasulye gibi çeşitlerinde de sarımsaklı yoğurtla servise alınabilir.
  - Alakart servis yapılacaksa yanında genellikle pirinç pilavı ve makarna türü yemekler verilir. Üzerine kıyılmış maydanoz serpilerek yada yanında kullanabilir.
  - Yukarıdaki tariflerde verilen ölçüler 4-6 kişilik servis içindir.

1.2.2. Oturtmalar

Yağda kızartılmış sebzelerin ortalarına musakkalarda verilen harcın yerleştirilerek tepsiye dizilip az su ilavesiyle pişirilmesidir. Bir yemeğin oturtma olabilmesi için sebzenin mutlaka içinin çiğden oyulup harcının bu boşluğa doldurulması gerekir. Yani burada adeta bir tür üstü açık bırakılmış etli dolma gibidir. Oturtmalarda önemli bir husus sebzelerin önceden zeytinyağında kızartılmasıdır. Bu hem lezzet hem de patlıcan gibi sebzelerin pişerken biçimlerini korumaları açısından önemlidir. Sebzelerin içine doldurulan harç ise soğanın tereyağında kavrulması ve buna kıymanın eklenmesiyle hazırlanır. Bundan sonra sebzeler bir tepsiye dizilerek fırında pişirilir.

Türk Mutfağinda Yapilan Oturtma Yemeklerine Örnekler:

- Enginar oturtma
  - **Gereçler:**
    - 8 adet enginar
    - 60 gr tereyağı
    - 600 ml et suyu
    - 2 limon
    - 250 g koyun kıyması
    - 3 orta boy domates
    - 3 orta boy soğan

- 5 gr tuz
- 5 gr kırmızıbiber
- 2 gr karabiber

- **İşlem Basamakları**
  - Enginarların dış kabukları içlerinden iki sıra kalacak şekilde soyulur, içinin tüyleri temizlenir.
  - Tuz ve limon suyu eklenmiş suda bekletilir.
  - Soğan ve kıyma kavrulduktan sonra domatesler ilave edilir.
  - Tuzu ve biberi eklenerek ateşten alınır.
  - Enginarlar sudan çıkartılarak limonla ovulur.
  - Tepsiye dizilerek içlerine harç doldurulur.
  - 1 su bardağı et suyu eklenerek hafif ateşte pişirilir.
  - Suyu azaldıkça et suyu ilavesiyle enginarlar yumuşayıncaya kadar pişirilir.



Resim 1.3: Patates oturtma

➢ Patates Oturtma

- **Gereçler:**
  - 1 kg iri patates
  - 250 g orta yağlı kıyma
  - 100 g tereyağı
  - 2 orta boy soğan
  - 1 tatlı kaşığı salça

- 1 tatlı kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı kırmızıbiber
- 10 dal maydanoz
- 2 su bardağı et suyu

- **İşlem Basamakları**
  - Patatesler soyularak ortadan ikiye bölünür.
  - İçleri oyularak oturması için dip kısımları düzeltilir.
  - Tereyağında hafifçe kızartılarak tepsiye dizilir.
  - Soğan ve kıyma yağda kavrularak salça eklenir.
  - Tuz, biber ve kıyılmış maydanoz da eklendikten sonra ateşten alınır.
  - Patateslerin içleri doldurulduktan sonra tepsiye dizilir.
  - Et suyu eklendikten sonra hafif ateşte pişirilir.
  - Ocakta ve fırında pişirilebilir.

➢ **Patlıcan Oturtma**

- **Gereçler:**
  - 1 kg yuvarlak patlıcan
  - 250 g orta yağlı kıyma
  - 30 gr tereyağı
  - 2 orta boy soğan
  - 2 domates
  - 5 gr tuz
  - 2 gr kırmızıbiber
  - 10 dal maydanoz
  - 400 ml et suyu

- **İşlem Basamakları**
  - Patlıcanların baş ve dip kısımları kesilerek ortadan ikiye bölünür.
  - İçleri oyularak tuzlu suda bekletilir.
  - Soğan ve kıyma yağda kavrulur, domates eklenir.
  - Tuz ve biber eklendikten sonra suyu çekilinceye kadar pişirmeye devam edilir.
  - Kıyılmış maydanoz eklenerek ateşten alınır.
  - Patlıcanların içleri doldurulduktan sonra tepsiye dizilir.
  - Et suyu ekleyerek ocakta veya fırında pişmeye bırakılır.
  - Suyunu çektikçe sıcak et suyu ekleyerek patlıcanlar yumuşayıncaya kadar pişirilir.



Resim 1. 4: Patlıcan Oturtma

- **Servise hazırlamada dikkat edilecek noktalar:**
  - Oturtmalar piştikten sonra tepsisi ya da tenceresi içinde sofraya getirilebilir.
  - Sarımsaklı yoğurtla servise alınabilir.
  - Alakart servis yapılacaksa yanında genellikle pirinç pilavı ve makarna türü yemekler verilir. Üzerine kıyılmış maydanoz serpilir veya yanında kullanılır.
  - Yukarıdaki tariflerde verilen ölçüler 4–6 kişilik servis içindir.

1.2.3. Bastılar

Mutfak geleneğimizde bugün de yaygınlığını en çok koruyan sebze yemeği türü bastılardır. Bastılara adını veren özellik kuşhanelerde sebzelerin birbiri üzerine dizilip bastırılmasından gelir. Ancak eski tariflerde bu yemeğin bir kat et, bir kat sebze halinde hazırlandığını görürüz. Bu şeklinin çok daha lezzetli olduğu bir gerçektir. Burada sebzenin ağır ateşte pişirilerek suyunu vermesi ve tekrar çekmesi önemlidir. Yani sebze önce kendi suyunda pişmeli sonra bir miktar et suyu ekleyip yine ağır ateşte pişme işi sürdürülmelidir.

Etli ya da etsiz tereyağıyla pişirilen bir sebze yemeği türüdür. Tencerede yağ, et, soğan kavrulur, su ilave edilir ve yarım saat pişirilir. Aynı tencerede çiğ sebzeler dizilir, yağ ve domates doğranarak (domatessiz de olabilir) hafif pişirilir. Etli harç hafif pişen sebzelerin üzerine yerleştirilerek su ilavesiyle pişirilir. Etsiz olanın da ana sebze ve yağ tencerenin dibine dizilerek üzerine diğer sebzeler, tuzu ve suyu konarak pişirilir.

1.2.3.1. Türk Mutfağında yapılan bastı yemeklerine örnekler:

- **Bakla Bastısı**
  - **Gereçler:**
    - 500 g bakla
    - 250 g yağlı kuşbaşı koyun eti
    - 15 gr kuyruk yağı veya tereyağı
    - 1 iri soğan
    - 1 demet dereotu
    - 25 gr un
    - 400 ml et suyu
    - 5 gr tuz
  - **İşlem Basamakları**
    - Bakla yıkanır ayıklanır ve kılçıklarından temizlenir.
    - Küçükse bütün büyükse ikiye ya da üçe bölünür.
    - Baklalar un, limon suyu ve tuzlu suya atılır.
    - Et soğanla kavrulur. Etin yağı azsa bir miktar kuyruk yağı eklenir.
    - Etin bir kısmını tencerenin ortasına toplayarak çevresine baklalar düzgünce dizilir, tuzu ve suyu eklenir.
    - Kapağı kapalı olarak yumuşayıncaya kadar pişirilir.
    - Pişerken iri bir domates de doğranabilir.

- **Armut Bastısı**
  - **Gereçler:**
    - 500 g armut
    - 45 gr tereyağı
    - 65 gr pirinç
    - 200 gr şeker veya pekmez
    - 180 ml su
  - **İşlem Basamakları**
    - Armutlar yıkanır kabukları soyularak çekirdek yatakları çıkartılır.
    - Dilim dilim doğranarak kısa kenarlı bir tencereye dizilir.
    - Suyunu ekleyerek hafif ateşte yumuşayıncaya kadar pişirilir.
    - Armutlar yumuşadıktan sonra yağ ve pirinç eklenir.
    - Pirinçler de piştikten sonra şeker veya pekmez eklenerek ateşten alınır.

- **Bamya bastısı**
  - **Gereçler:**
    - 500 g bamya
    - 80-90 ml sirke
    - 250 g yağlı kuşbaşı koyun eti
    - 15 gr kuyruk yağı veya tereyağı
    - 1 iri soğan
    - 2 iri domates
    - 5 gr tuz
    - 2 gr kırmızıbiber
    - 1.5 limon suyu / koruk suyu
    - ½ lt et suyu

  - **İşlem Basamakları**
    - Bamyalar yıkanır tepeleri külah gibi alınarak dipleri ayıklanır.
    - Sirke ile tuz üzerine dökülerek harmanlanır ve 30 dakika dinlendirilir.
    - Et yıkanarak kapağı kapatılır ve bıraktığı suyu çekinceye kadar pişmeye bırakılır.
    - Cızırdamaya başlayınca ince kıyılmış soğan ve yağı ekleyerek pembeleşinceye kadar pişirilir.
    - Domatesler enine bölünerek tencerenin ya da tepsinin dibine yerleştirilir.
    - Bamyalar bol suda yıkanarak başları domatese gelecek şekilde bir sıra dizilir.
    - Bamyaların üzerine etler yerleştirildikten sonra tekrar bamyalar dizilir.
    - Etlerin kavrulduğu tavaya domatesin suyu sıkılarak konur.
    - Biraz pişirildikten sonra et suyuyla bir taşım daha kaynatılır.
    - Tuz ve biberi eklenerek bamyaların üzerine dökülür.
    - Hafif ateşte yumuşayıncaya kadar pişirilir.
    - Ateşten almadan evvel limon suyu ya da koruk suyu eklenir.



Resim1.5: Bamya bastısı

- **Ispanak Bastısı**
  - **Gereçler:**
    - 500 g ıspanak
    - 250 gr yağlı et veya kıyma
    - 1 iri soğan
    - 180 ml su
    - 5 gr tuz
    - 2 gr kırmızıbiber

  - **İşlem Basamakları**
    - Ispanak yıkanıp ayıklandıktan sonra yaprakları ikiye ya da üçe bölünerek kendi suyunda haşlanır.
    - Et veya kıyma ince kıyılmış soğanla kavrulur.
    - Üzerine ıspanakları, suyu, tuzu ve biberi eklenerek pişirilir.
    - Ispanaklar haşlanmadan tuzla ovulmak suretiyle de hazırlanabilir.

- **Kabak Bastısı**
  - **Gereçler:**
    - 500 g kabak
    - 250 g yağlı kuşbaşı et
    - 15 gr kuyruk yağı veya tereyağı
    - 1 iri soğan

- 2 domates veya
- 8-10 gr salça
- 10 dal nane
- ½ limon suyu / koruk suyu
- 2 gr kırmızıbiber
- 180 ml su
- 5 gr tuz

- **İşlem Basamakları**
  - Kabakların baş ve dip kısımları ayıklanarak iki parmak kalınlığında doğranır.
  - Et yıkanarak kapağı kapatılır ve bıraktığı suyu çekinceye kadar pişmeye bırakılır.
  - Cızırdamaya başlayınca ince kıyılmış soğan ve yağı ekleyerek pembeleşinceye kadar pişirilir, ateşten alınır.
  - Kabaklar etin üzerine döşendikten sonra concasse domatesler üzerine yayılır.
  - Su, tuz, biber, nane ve limon suyu da ekleyerek hafif ateşte pişirilir.




Resim 1. 6: Kabak Bastısı (kalye)

➢ **Patates bastısı**

- **Gereçler:**
  - 500 g patates
  - 250 g yağlı kuşbaşı et
  - 1 iri soğan
  - 2 domates veya
  - 8-10 gr salça

- 5 gr tuz
- 2 gr kırmızıbiber
- 350-400 ml su
- 15 gr tereyağı veya kuyruk yağı

- **İşlem Basamakları**
    - Et kuşbaşından daha büyük parçalar halinde doğrandıktan sonra yıkanarak kapağı kapatılır ve bıraktığı suyu çekinceye kadar pişmeye bırakılır.
    - Cızırdamaya başlayınca halka doğranmış soğanla birlikte kavrulur.
    - Etin üzerine soyulmuş ve doğranmış patatesler eklendikten sonra birkaç dakika kapağı kapalı olarak bekletilir.
    - Kapak açılarak patatesler kaşıkla çevrilir ve tekrar birkaç dakika kapağı kapalı olarak buğulanmaya bırakılır.
    - Kabuğu soyulmuş concasse domatesler eklenerek karıştırılır.
    - Salça su ve biberle birlikte karıştırıldıktan sonra yemeğin üzerine gezdirilir.
    - Hafif ateşte karıştırmadan pişirilir.

- **Kereviz bastısı**
  - **Gereçler:**
    - 500 gr kereviz
    - 250 gr kuşbaşı veya kıyma
    - 1 iri soğan
    - 2 iri domates
    - 15 gr tereyağ
    - 5 gr tuz
    - 2 gr kırmızıbiber
    - 1.8 lt su
    - Terbiyesi:
    - 1 yumurta
    - 1 limon suyu

  - **İşlem Basamakları**
    - Kerevizin kökü soyularak mire poix doğranır.
    - Yeşil saplarıyla birlikte haşlanarak süzülür.
    - Et bir tencerede kapağı kapalı olarak bıraktığı suyu çekinceye kadar pişmeye bırakılır.

- Cızırdamaya başlayınca soğanı ekleyerek pembeleşinceye kadar kavrulur.
- Etler tencerenin ortasına toplanarak etrafına kerevizler dizilir, sapları ara ara döşenir.
- Tavaya domatesin suyu sıkılarak konur.
- Tuz ve biber suya eklendikten sonra üzerine dökülür, hafif ateşte yumuşayıncaya kadar pişirilir.
- Üzerine limon ve yumurta terbiyesi gezdirilir.

➢ **Bezelye bastısı:** Aynı bakla bastısı gibi hazırlanır. Ancak suyu bamya bastısında olduğu gibi domatesle hazırlanır ve limon koyulmaz. İç bezelyeyle de aynı şekilde yapılır.

➢ **Bibber bastısı:** Yeşilbiberle aynı bamya bastısı gibi hazırlanır, limon sıkılmaz.

➢ **Enginar bastısı:** Kereviz bastısı gibi yapılır.

➢ **Fasulye bastısı:** Bakla bastısı gibi hazırlanır ancak bamya bastısında olduğu gibi domates suyu kullanılır. Dereotu kullanılmaz.

➢ **Ebegümeci bastısı:** Ispanak bastısı gibi pişirilir.

➢ **Semizotu bastısı:** Ispanak bastısı gibi pişirilir.

➢ **Yerelması bastısı:** Patates bastısı gibi yapılır.

➢ **Ayva bastısı:** Armut bastısı gibi yapılır.

➢ **Elma bastısı:** Armut bastısı gibi yapılır.

➢ **Erik bastısı:** Armut bastısı gibi yapılı

➢ **Kayısı bastısı:** Armut bastısı gibi yapılır




Resim 1. 7: Semizotu bastısı ve patlıcan bastısı

➢ **Lahana bastısı (kapuska, kapuska):** Aynı bakla bastısı gibi hazırlanır. Ancak bu yemek acı olması gerektiği için pişirirken birkaç tane Arnavut biberi kullanılmalıdır.

- **Karnabahar bastısı:** Kabak bastısı gibi pişirilir ancak nane ve limon suyu kullanılmaz.
- **Şalgam bastısı:** Patates bastısı gibi hazırlanır ancak domates koyulmaz, limon suyuyla servise alınır.
- **Patlıcan bastısı:** Kabak bastısı gibi pişirilir ancak nane ve limon suyu kullanılmaz

Servise Hazırlamada Dikkat Edilecek Noktalar

- Bastılar piştikten sonra tepsisi ya da tenceresi içinde sofraya getirilebilir.
- Meyveli bastılar tereyağıyla yapıldığı için sıcak olarak servise alınmalıdır.
- Sebzeli bastılar alakart servis yapılacaksa yanında genellikle pirinç pilavı ve makarna türü yemekler verilir. Üzerine kıyılmış maydanoz serpilir veya yanında kullanılır.

1.2.4. Mücverler

Haşlanmış (karnabahar vb.) veya çiğ (kabak vb) sebzeler rendelenir veya ince ince kıyılır. Yumurta, un, peynir, yeşillikler (maydanoz, dereotu, nane vb), baharatlar (karabiber, kırmızıbiber, pul biber vb) ilavesiyle akıcı bir kıvamda hazırlanır. Kaşıkla kızgın zeytinyağına dökülmek suretiyle kızartılır.

1.2.4.1. Türk Mutfağında yapılan mücver yemeklerine örnekler:

- **Kabak mücver**
  - **Gereçler:**
    - 1 kg kabak
    - 2 adet kuru soğan
    - 150 g beyaz peynir
    - 160-180 gr un
    - 4 adet yumurta
    - 2 demet dereotu
    - 2 gr karabiber
    - 5 gr tuz
  - **İşlem Basamakları**
    - Kabaklar ayıklanır, yıkanır, rendelenir ve suyu sıkılır.
    - Soğan ve peynir rendelenir, dereotu ince kıyılır. Bir kaba kabaklar, soğan, peynir, dereotu, un yumurta, tuz, biber koyularak iyice karıştırılır.
    - Kaşıkla dökülerek kızgın zeytinyağında kızartılır.

- Kâğıt havlu yayılmış kaba ya da süzgeç üzerine alınarak yağının süzülmesi sağlanır.

- **Havuç mücver:** Kabak mücver gibi yapılır ancak dereotu kullanılmaz, isteğe göre kıyılmış maydanoz kullanılabilir.
- **Karnabahar mücver:** Kabak mücver gibi yapılır ancak dereotu kullanılmaz, kıyılmış maydanoz kullanılabilir. Ayrıca karnabahar haşlanarak da kullanılabilir.
- **Ispanak mücver:** Kabak mücver gibi yapılır ancak ıspanak yaprakları biraz haşlanarak ya da tuzla ovulmak suretiyle kullanılır. İsteğe göre maydanoz kullanılabilir.
- **Patates mücver:** Kabak mücver gibi yapılır ancak patatesler haşlanarak ezilmek suretiyle hazırlanır. Bazı yörelerde patates çiğ olarak rendelenmek suretiyle de yapılmaktadır.

Servise Hazirlamada Dikkat Edilecek Noktalar:

- Mücverler sıcak olarak servis yapılabildiği gibi soğuk olarak da servis yapılabilir.
- Mücverler limon ve maydanozla süslenerek de servis yapılabilir.
- Mücverleri servise alırken yanında sarımsaklı yoğurt verilebilir.

1.2.5. Güveçler

Türk Mutfağı güveç yemeklerinde de çok çeşitlilik gösterir. Güveçte yapılan sebze yemekleri genellikle et kullanılarak yapılmasına karşılık etsiz yapılanları da vardır. Gerek taze sebzelerden gerekse kuru baklagillerden ya da sadece etle soğan sarımsak gibi tatlandırıcı sebzeler kullanılarak da güveç yemekleri yapılmaktadır.

Güveç yemeklerinin en büyük özelliği topraktan yapılmış güveç kaplarında pişirilmesidir. Güveç kapları normal boyutlarda kapaklı tencere görünümünde olduğu kadar tek kişilik kâseler şeklinde, ya da balık pişirmede kullanılanlar gibi tepsi şeklinde olanları da vardır. Ayrıca testilerde de güveç yemekleri yapılmakta ve testi sofrada dikkatle kırılarak içinde pişmiş olan yemek yenmektedir. Güveç yemeği yapılan testilerin bir kişilik olanları da artık ticari mutfaklarda kullanılmaktadır.

Güveç yemekleri etli ya da etsiz olsalar bile sıcak olarak tüketilmekte ve ana yemek olarak mönülerimizde yer alan lezzetli yemek çeşitlerindendir.

Güveçte pişen yemekler ikinci kez ısıtılmazlar. Yemek ateşten aldıktan sonra sıcaklığı muhafaza edilerek bir süre dinlendirilerek servis yapılmalıdır.




Resim 1. 8: Güveç

- **Beypazarı güveci (Ankara)**
  - **Gereçler:**
    - 4 kg kuzu eti
    - ½ kuyruk yağı
    - 2 adet sivri biber
    - 1 kg pirinç
    - 3 orta boy domates
    - Yeterince tuz

- **İşlem Basamakları**
  - Etin kaburga ve ön butları kuşbaşından daha büyük parçalara ayrılır.
  - Güvecin içine domates ve sivri biberler doğranır.
  - Üzerine etler ve su konarak kapağı kapatılır ve fırına sürülerek pişirilir.
  - Kuyruk yağı mire poix doğranarak kızartılır ve pişirilir.
  - Pişen et ve sebzeler güveç kabından başka bir kaba kevgirle alınır.
  - Güveçte kalan suya pirinç ve tuz eklenerek yeniden fırınlanarak 15 dakika kadar pişirilir.
  - Etler pilavın üzerine döşenir ve üzeri iyice kapatılarak demlenmeye bırakılır.

- **Fırında çömlek eti (Nevşehir)**
  - **Gereçler:**
    - 1.5 kg kemikli kuzu eti
    - 200 g sivri biber
    - 20 diş sarımsak
    - 4 orta boy domates
    - 6 gr karabiber

- 350-400 ml su
- Yeterince su
- Hamuru için:
- 250 gr un
- 100 ml su

- **İşlem Basamakları**
  - Biber, soğan ve sarımsaklar ince doğranır.
  - Domateslerin kabukları soyularak concasse doğranır.
  - Etler, sebzeler, su, tuz ve karabiber karıştırılarak kapaklı bir güveç kabına koyulur.
  - Bir taşım kaynatarak ateşten alınır.
  - Un ve suyla hazırlanan hamur hiç hava sızdırmayacak şekilde güveç kapağına tamamen sıvanır.
  - Önceden 200 ^{o}C ısıtılmış fırında 1 saat 15 dakika pişirilir.
  - Güveci fırından aldıktan sonra kapakta sertleşen hamur, bıçak yardımıyla kırılarak çıkartılır.

- **Türlü Güveç**
  - **Gereçler:**
    - 500 g kuzu kuşbaşı
    - 3 adet kuru soğan
    - 250 g taze fasulye
    - 3 adet kabak
    - 2 adet kemer patlıcanı
    - 5 adet sivri biber
    - 1 orta boy patates
    - 4 adet domates
    - 50 gr tereyağı
    - 2 gr karabiber
    - 5 gr tuz

  - **İşlem Basamakları**
    - Patlıcanlar soyularak uzunlamasına önce ikiye bölünür sonra 4 cm irilikte doğranır.
    - Kabaklarda kazınarak patlıcanlar gibi doğranır.
    - Domateslerin kabukları soyularak concasse doğranır.
    - Soğanlar ve biberler iri doğranır.
    - Patatesler mire poix doğranır.

- Fasulyeler ayıklanarak 4-5 cm büyüklükte doğranır.
- Güvece sırayla etler, fasulye, patates, kabak, patlıcan biber, soğan ve domatesler döşenir.
- Yağ da üzerine koyulduktan sonra kapak sıkıca kapatılır.
- Önceden ısıtılmış fırında 1,5 saat pişirilir.
- Ateşten alıp 10-15 dakika dinlendirilir.

Not: Yöreye göre güveçlerin yapım şekli farklılık gösterse de esas olan tarifler yukarıdaki gibidir.

Sadece et, patlıcan, domates, soğan ve sarımsakla da yapılan güveç çeşitleri vardır.

Bolca sarımsak, soğan, domates, biber ve bir miktar da et eklemek suretiyle elde bulunan her çeşit sebzeden güveç yemeği yapılmaktadır.

➢ Servise hazırlamada dikkat edilecek noktalar:
  - Güveç yemekleri sıcak olarak servis yapılmalıdır.
  - İkinci kez ısıtma yapılmamalıdır.
  - Yemek ateşten alındıktan sonra 10-15 dakika kadar (soğumamasına dikkat ederek) dinlendirilmesi sağlanmalıdır.
  - Güveç yemekleri ana yemek olarak verilir.
  - Yanında pilav verilmesi uygundur.
  - Ayrıca yanında içecek olarak genellikle ayran ve şıra verilir.

1.2.6. Tava Yemekleri

Tava yemekleri denilince yöresel olarak tavada yapılan diğer yemekler anlaşılır. Örneğin: Sebze tava, Kilis tavası, hamsi tava gibi. Bu yemeklerin esasında Tavada sebze kızartmanın sadece Türklere özgü olmadığı bir gerçektir. Ancak bunu başlı başına bir yemek olarak değerlendiren millet Türkler olmuştur. İyi bir sebze tavasının ilk şartı iyi bir zeytinyağı kullanmaktır. Yağ yüksek ısıda yanıp aromatik özelliklerini kaybedeceği için genellikle riviera tipi veya tavalık özel zeytinyağların kullanılması önerilir. Ayçiçeği veya mısırözü yağı ile yapılan tavalar asla aynı lezzeti içermez. Özellikle bazı sebzelerin ayıklandıktan sonra çok hafifçe unlanması da unutulmaması gereken bir başka husustur. Gerektiğinde un, yumurta, baharatlar, bira, su veya süt karışımından sulu bir hamur hazırlanarak kullanılabilir. Ayrıca yağın uygun kızgınlığa geldikten sonra sebzenin tavaya eklenmesi ve yağın sıcaklığının sürekli kontrolü de ihmal edilmemelidir.

Tava yapılırken sebzelerin bazıları soyulur bazıları ise soyulmadan kızartılır. Tavada sebzelerin beş çeşit kızartma şekli vardır:

➢ Sebzenin doğrudan yağda kızartılması
➢ Sebzenin unlanarak yağda kızartılması

- Sebzenin unlayıp yumurtaya bulanarak yağda kızartılması
- Sebzenin inceltilmiş (su ya da sütle) hamura batırılarak kızartılması
- Sebzenin inceltilmiş (su ya da sütle) mayalı hamura batırılarak kızartılması

1.2.6.1. Türk Mutfağında yapılan tava yemeklerine örnekler:

- **Biber tavası**
  - **Gereçler:**
    - 500 g biber
    - 1 su bardağı zeytinyağı
    - 250 g yoğurt
    - 2 diş sarımsak
    - 5 gr tuz
  - **İşlem Basamakları**
    - Biberler ayıklanır, yıkanır ve süzdürülür.
    - Kızgın zeytinyağında kızartılır.
    - Kâğıt havlu yayılmış kaba alınır.
    - Sarımsaklı yoğurtla servis yapılır.
- **Havuç tavası**
  - **Gereçler:**
    - 1 kg iri havuç
    - 220 ml zeytinyağı
    - 180 gr un
    - 180-200 ml su
    - 250 g yoğurt
    - 2 diş sarımsak
    - 5 gr tuz
  - **İşlem Basamakları**
    - Havuçlar soyularak ½ cm incelikte vichy doğranır.
    - Unla su bir kâsede boza kıvamına getirilir.
    - Havuçlar bu karışıma bulanarak kızartılır.
    - Kızartılan havuçlar kâğıt havlu yayılmış kaba alınır.
    - Sarımsaklı yoğurtla servis yapılır.
    - Üzerine çiğ zeytinyağı gezdirilir.

- **Enginar tavası**
    - **Gereçler:**
        - 10 enginar
        - 1 soğan
        - 180-200 ml et suyu
        - 80 gr un
        - 80 ml su
        - 45 gr tereyağı veya
        - 220 ml zeytinyağı
        - 1 ölçü soğan piyazı
        - Terbiyesi:
        - 1 limon suyu
        - 15-20 ml zeytinyağı
    - **İşlem Basamakları**
        - Enginarlar ayıklanır, yıkanır ve haşlanır.
        - Üç tanesi ayrılarak diğerleri ezilir.
        - Rendelenmiş soğan, tuz, un ve enginar ezmesi et suyu ile lokma hamuru kıvamında bulamaç hazırlanır.
        - Kızgın tereyağında kaşıkla dökülerek kızartılır.
        - Kalan üç enginarda bulamaca batırılarak kızartılır.
        - Kızaranların hepsi kâğıt havlu yayılmış kaba alınır.
        - Servis tabağının ortasına bütün olanları, kenarına ezme olanları dizilir.
        - Tabağın ortasına maydanozlu soğan piyazı, üzerine de limon ve zeytinyağı sosu gezdirilir.
    - **Bir ölçü soğan piyazı:**
        - 500 g kuru soğan jülyen doğranarak tuzla acısı alınır.
        - 20 dal maydanoz kıyılarak eklenir.
        - Arzu edilirse1-2 tatlı kaşığı sumak kullanılabilir.
- **Kabak tavası:** Havuç tavası gibidir ancak haşlanmadan kızartılır.
- **Karnabahar tavası:** Havuç tavası gibidir ancak haşlama suyuna biraz limon suyu ve tuz eklenir. Kızartılırken ya una batırılır ya da un, yumurta, su karışımına batırılarak kızartılır.
- **Patates tavası:** Biber tavası gibi yapılır.
- **Patlıcan tavası: B**iber tavası gibi yapılır.

Servise Hazırlamada Dikkat Edilecek Noktalar

- Tava yemekleri, servise hazırlanırken tavadan alınan sebzelerin fazla yağları kâğıt havlu üzerinde süzdürülmelidir.
- Türk mutfağının yaygın bir geleneği tavada pişirilen sebzelerin bir sosla sunulmasıdır. Sossuz bir sebze tavası asla düşünülemez. Eskiden kullanılan yoğurt sosu idi. Ancak yoğurt sosu deyip geçmemeli, bunun da kendine özgü bazı incelikleri vardır. Burada kullanılan mutlaka kese yoğurdu olmalı ve az suyla gevşetilmelidir. İçine de biraz sarımsak katılmalıdır. Bazı eski tariflerde yoğurt sosa biraz da sirke katılması önerilmektedir.
- Bazen tava yemekleri tariflerinde yoğurdun üzerine zeytinyağı gezdirilmesi gerektiği söylenmektedir.
- Çoğu zaman da tava yemekleri domates sosu ve yoğurtla servise sunulur.
- Ayrıca enginar tavası maydanozlu soğan piyazıyla servise alınır ve üzerine de limon ve zeytinyağı sosu gezdirilir.
- Tava yemekleri Türk Mutfağında geleneksel olarak sıcak tüketilmesine karşın soğuk da tüketilebilecek türde yemeklerdir.

1.2.7. Kavurmalar

Kavurmalar Türk mutfak geleneğinde en az görülen sebze yemeklerindendir. Bazı yörelerde kavurmalar mıhlama olarak da isimlendirilmektedir. Taze yapraklı sebzelerden en çok bilinen ve uygulanan en yaygın örnekler ıspanak, ısırgan otu, madımak, pırasa ve pazı kavurmasıdır.

Kavurma yapılırken önce sebzeler hafifçe haşlanıp (blanching yöntemi) soğutulur, sıkılır ve doğranır. Gerektiğinde de blanche edilmeden de kullanılabilir. Tencereye yağ konup kızdırılır ve soğan ilave edilir. Soğan daima bol tutulur bir kilo sebzeye en az yüz gram soğan doğranır. Soğan altın sarısı renginde kızarırsa sebze daha lezzetli olur. Tuz ve baharatlarla lezzetlendirdikten sonra istenirse üzerine yumurta kırılarak hazırlanır. Bu da hiç şüphesiz yemeğe ayrı bir tat katar.

Sebzenin durumuna göre kavurmaya biraz süt, krema ya da et suyu kullanılabilir. Mönülerde giriş yemeği ya da garnitür olarak verilebilecek bir yemek grubudur.

1.2.7.1. Türk mutfağında yapılan kavurma yemeklerine örnekler:

- **Ispanak kavurması**
  - **Gereçler:**
    - 1.5 kg ıspanak
    - 4 adet iri soğan
    - 75 gr tereyağı
    - 200 ml et suyu

- 2 gr karabiber
- 5 gr tuz
- 250 g yoğurt
- 3 diş sarımsak

- **İşlem Basamakları**
  - Ispanaklar yıkanıp ayıklanır, kendi suyunda haşlanır.
  - Ilınınca avuç arasında suyu sıkılarak doğranır.
  - İnce doğranmış soğan tencerede yağla kavrulur.
  - Ispanaklar ve tuz ilavesiyle yağı kalıncaya kadar kavurmaya devam edilir.
  - Et suyu eklenerek hafif ateşte suyu çekene kadar pişirilir.
  - Karabiber atılarak karıştırılır ve ateşten alınır.
  - Sarımsaklı yoğurtla servise alınır.
  - Yoğurtla birlikte servis edilir.

Not: Soğanı kavrulduktan sonra yumurta da eklenebilir.

➢ **Kabak Kavurması**

- **Gereçler:**
  - 1 kg kabak
  - 2-3 soğan
  - 75 gr tereyağı veya
  - 90 gr zeytinyağı
  - 2 gr karabiber
  - 5 gr tuz

- **İşlem Basamakları**
  - Kabaklar kazındıktan sonra küçük karelere doğranır.
  - İnce doğranmış soğan tencerede yağla kavrulur.
  - Concasse domatesler eklenerek biraz daha kavrulur.
  - Kabaklar eklenerek sadece yağı kalana kadar pişirilir.
  - Karabiber atılarak karıştırılır ve ateşten alınır.
  - Kabaklar eklenip biraz suyunu bırakınca 2 kaşık pirinç ya da bulgur eklenebilir.
  - Tüm kavurma çeşitlerinde olduğu gibi kabak kavurmasıyla da genellikle sarımsaklı yoğurt birlikte servis yapılmaktadır.

Not: Soğan kavrulduktan sonra iki yumurta eklenerek de pişirmeye devam edilebilir.



Resim 1. 9: Fasulye kavurması

- **Fasulye kavurması:** Ispanak kavurması gibidir. Genel uygulamada yumurta mutlaka bulunur. Bazı yörelerde ateşten almaya yakın, taze ve kuru fesleğen ile reyhan üzerine serpiştirilir. Karabiberle tüketilmesi lezzetini olumlu etkiler.
- **Ebegümeci kavurması:** Ispanak kavurması gibi yapılır
- **Turp otu kavurması:** Ispanak kavurması gibi yapılır.
- **Patlıcan kavurması:** Kabak kavurması gibi yapılır.
- **Patlıcan ve kabak kavurması:** Kabak kavurması gibi yapılır.
- **Pazı kavurması:** Kabak kavurması gibi yapılır.
- **Mantar kavurması:** Kabak kavurması gibi yapılır. Mutlaka yumurta koyulur, İstenirse soğanlar kavrulurken salça da eklenebilir.
- **Ot kavurmaları:** Ülkemizin çeşitli bölgelerinde yöresel isimleriyle turpotu, tekesakalı, kuş yüreği, kazyak, kişkiş, tere otu, dalgan, kuzukulağı, ballık, kapçık, labada gibi otlar ıspanak kavurması gibi yapılır. Bunların hepsi bir arada kavrulduğu gibi ayrı ayrı da kavrulmaktadır.
- **Turşu kavurması:** Genellikle Karadeniz bölgesinde yapılan bir kavurma türüdür. Sirke kullanılmadan yapılmış olan lahana, taze fasulye vb sebze turşuları yıkandıktan sonra kaynamakta olan suda bir miktar haşlanır, süzülür ve kavrulmuş olan yağla soğana eklenerek kavrulur. Bazı yörelerde turşu az miktarda eklenen pirinçle birlikte haşlanmaktadır. Ayrıca kavurma esnasında da kimi zaman domates salçası kimi zaman da pul biber eklenmektedir.

Servise Hazırlamada Dikkat Edilecek Noktalar

Kavurmaların sıcak olarak tüketilmesi esastır. Ancak eğer zeytinyağıyla yapıldıysa hem sıcak hem soğuk olarak tüketilebilir.

Servis yaparken yanında sarımsaklı yoğurt verilebilir.

1.2.8. Silkmeler

Silkmeler Türk mutfağında sayıları giderek azalan sebze yemekleri arasında sayılır. Patlıcan, patates, taze bezelye ve taze fasulye silkmesi tarifleri artık eski kitaplarda kalmıştır. Ama içlerinde en çok tanınanı şüphesiz patlıcan silkmesidir. Bu yemek bir zamanlar o kadar meşhur olmalı ki bazı kaynaklarda patlıcan silkmesinin en az beş çeşidine rastlanmaktadır. Silkmelerin orijinal tariflerinde mutlaka kuşbaşı et vardır. Oysa günümüzde bunlar artık etsiz olarak yapılmaktadır. Silkme yapmanın ilk aşamasını sebzenin sadeyağda kızartılması oluşturmaktadır. Sonra et kavrulmaktadır. Yemek ateşten alındığında ise içinde fazla su kalmamış olması gerekmektedir. Tencerede kalan sebze ve etin bıraktığı özsu olmalıdır. Bu arada silkme yaparken tencerenin iki yanından tutulup silkelendiğini ve yemeğin adının da buradan geldiğini bilmek gerekir.

Sebzeler doğranır, hafif kızartılır, ayrı tencerede yağda soğan, et, salça kavrulur çok az su ilavesiyle pişer. Sebzeler ilave edilir, tencere arada bir silkelenerek pişirilir.

1.2.8.1. Türk Mutfağında yapılan silkme yemeklerine örnekler

- **Patates silkmesi**
  - **Gereçler:**
    - 500 g patates
    - 250 g orta yağlı kuşbaşı koyun göğüs eti
    - 150 g tereyağı veya
    - Kuyruk yağı
    - 1adet iri soğan
    - 2 adet domates veya
    - 8-10 gr salça
    - 5 gr tuz
    - 2 gr kırmızıbiber
    - 180 ml su

  - **İşlem Basamakları**
    - Patatesler soyularak vichy usulü doğranır.
    - Tereyağında pembe renkte kızartılır.
    - Aynı tavada etlerde pembeleştirilerek alınır.
    - Halka doğranmış soğanlar da aynı yağda pembeleştirdikten sonra domates veya salça eklenir, birkaç kez çevrilir ve ateşten alınır.
    - Ayrı bir tencereye sırayla etler, patatesler, salçalı soğanlar ve sıcak su koyulur.
    - Tuz ve biberi de eklendikten sonra kapağı kapatılır.

- Tencere arada yanlarından tutularak silkelenmek suretiyle hafif ateşte pişmeye bırakılır.
- Suyu çekilip yağı kalıncaya kadar pişirilir.



Resim 1. 10: Patlıcan silkmesi

- **Patlıcan silkmesi**
  - **Gereçler:**
    - 500 g patlıcan
    - 250 g orta yağlı kuşbaşı koyun göğüs eti
    - 150 g tereyağı veya
    - Kuyruk yağı
    - 1 iri soğan
    - 2 adet domates
    - 5 gr tuz
    - 2 gr kırmızıbiber
    - 180 ml su

  - **İşlem Basamakları**
    - Patlıcanlar kabuğu ara ara soyulduktan sonra bir parmak kalınlığında halka şeklinde doğranır.
    - Tuz serpilerek veya tuzlu suyun içinde bir saat kadar bekletilerek acı suyu çıkartılır ve süzülür.
    - Tereyağında hafifçe kızartılarak alınır.
    - Aynı yağda etlerde pembeleşinceye kadar kavrulur.

- o Dörde bölünmüş soğanlar da aynı yağda biraz çevrilerek üzerine etler eklenir.
- o Sıcak su ilavesiyle etler yumuşayıncaya kadar pişirilir.
- o Daha sonra concasse domatesler, patlıcanlar, tuz ve biber de eklenir.
- o Tencere arada yanlarından tutularak silkelenmek suretiyle hafif ateşte pişmeye bırakılır.
- o Suyu çekilip yağı kalıncaya kadar pişirilir.

- ➢ **Bezelye silkmesi:** Patates silkmesi gibi yapılır.
- ➢ **Taze fasulye silkmesi:** Patates silkmesi gibi yapılır.

Servise Hazırlamada Dikkat Edilecek Noktalar

- ➢ Silkmeler piştikten sonra tepsisi ya da tenceresi içinde sofraya getirilebilir.
- ➢ Ayrıca yemeğin tamamını alabilecek bir servis kabına şeklini bozmadan çevirerek de sofraya alınabilir.
- ➢ Ala cart servis yapılacaksa yanında genellikle pirinç pilavı verilir.
- ➢ Üzerine kıyılmış maydanoz serpilerek ya da yaprakları kullanılarak süsleme yapılabilir.

1.2.9. Diğerleri

Her ne kadar sebze yemekleri tür olarak bizim mutfağımızda çok zenginse de bunların tümünü belli başlıklar altında toplamak zordur. Bazı yemekler ne bastı ne oturtma ne musakka ne tava ne de kavurma grubuna girer. Öyle değil diye bunları dışlamak hem gereksiz hem de anlamsızdır. Bu bölümdeki sebze yemeklerinin diğerlerinden önemli bir farkı vardır. Belli başlıklar altında toplanmış sebze yemeklerini temel kurallarını bildikten sonra onları çeşitli sebzelere uygulamak çok kolaydır. Çünkü esaslar hiçbir zaman değişmez.

Türk mutfağında yukarıda verilen yöntemlere girmeyen, ya da birkaç yöntemin bir arada kullanıldığı sebze yemek çeşitlerinden bazıları şunlardır:



Resim 1.11: Karnıyarık Resim



Resim 1.12: Terbiyeli ıspanak kökü

- Kapuska
- Karnıyarık
- Patlıcan paçası
- İmambayıldı
- Balkabağı boranisi
- Pazı kökü yemeği
- Terbiyeli ıspanak kökü yemeği
- Patlıcanlı enginar dolması
- Kış türlüsü
- Yaz türlüsü
- Piliçli bamya
- Boranı
- Ayva aşı
- Ayva bastı
- Ayva boranisi
- Kuzu etli rezene kökü
- Ali nazik (Gaziantep)
- Meftune (Diyarbakır)
- Patlıcan dizmesi (Mardin)
- Cortı aşı (Bitlis)
- Çağla aşı (Adıyaman)
- Et kabağı (Konya)
- Etli bakla (Denizli)
- Kabak ekşisi (Malatya)
- Kabak millesi (Sinop)
- Kabak yahnisi (Erzincan)
- Galiye (Gümüşhane)
- Bici aşı (Ankara)
- Fasulye diblesi (Giresun)
- Karalâhana diblesi (Giresun)
- Fasulye diblemesi (Trabzon)
- Mancar (Zonguldak)
- Patates paçası (Kastamonu)
- Patlıcan pehli (Amasya)
- Pazı kayganası (Trabzon)
- Pırtıke (Siirt)
- Peynirli patlıcan (Çanakkale)
- Pirpirim aşı (Gaziantep)

- Sebzeli çürütme (Kilis)
- Sirkeli havuç (Manisa)
- Sikonata (Manisa)
- Taze fasulye basması (Çanakkale)
- Yaprak enginarı (Aydın)
- Yoğurtlu patates (Trabzon)
- Bütümetli patlıcan (Konya)
- Kara katma (Denizli)
- Kelem gıydısı-kelem aşı (Ankara)
- Kereviz yemeği (Bursa)
- Domates yemeği (Uşak)
- Doğrama (Urfa)
- Bulgurlu kabak (Zonguldak)
- Bulgurlu lahana (Erzincan)

UYGULAMA FAALİYETİ-1

Havuç musakka pişiriniz.

- **Gereçler:**
  - 1 kg havuç
  - 250 g yağlı kıyma
  - 30 gr tereyağı
  - 3 orta boy soğan
  - 200 ml et suyu
  - 5 gr tuz
  - 2 gr kırmızıbiber

İşlem Basamakları	Öneriler
➢ Araçları hazırlayınız.	➢ Sanitasyon ve hijyen kurallarına uyunuz. ➢ Planlı çalışınız. ➢ Yemeğe uygun tencereyi tezgâha getiriniz. ➢ Tava, tabak, doğrama tahtası, tahta kaşık, bıçak, rende ve süzgeci tezgâha getiriniz. ➢ Ocağı tencerenin büyüklüğüne uygun seçiniz. ➢ Fırın kullanılacaksa fırını ve tepsilerini hazırlayınız.
➢ Gereçleri hazırlayınız.	➢ Sebzeleri tezgâha hazırlayınız. ➢ Maydanozu ayıklayıp yıkayınız julienne usulü doğrayınız. ➢ Soğanları soyunuz, yıkayınız ve ince doğrayınız. ➢ Diğer harç malzemelerini ayrı kaplar içerisinde tezgâha getiriniz. ➢ Sebzeleri hazırlarken ekonomik olunuz.
➢ Harcı hazırlayınız.	➢ Tava yağ koyunuz, kızdırınız önce soğanı sonra kıymayı kavurunuz ➢ Ayrı bir kapta et suyu tuz ve baharatları karıştırınız.
➢ Havucu hazırlayınız.	➢ Havuçların dışını kazıyarak vichy usulü doğranır.

➢ Yemeği pişiriniz.	➢ Tencereye bir sıra havuç bir sıra harç döşemeye dikkat ediniz ➢ Önce havuçları bıraktığı suyunu çekene kadar pişiriniz ➢ Daha sonra üzerine et suyu ekleyerek suyunu çekene kadar pişiriniz. ➢ Hafif ateşte pişirmeye dikkat ediniz ➢ Fırında pişirilecekse önceden ısıtmayı unutmayınız.
➢ Yemeği dinlendiriniz.	➢ 10 dakika ve kapağı kapalı olarak dinlendiriniz.
➢ Yemeği servise hazırlayınız.	➢ Yemeğin sıcak olarak servise alınmasına dikkat ediniz. ➢ Yanında garnitür olarak pilav, makarna veriniz. ➢ Servis tabağına alındıktan sonra kıyılmış maydanozla süsleyiniz.

UYGULAMA FAALİYETİ-2

Kabak mücver pişiriniz

- **Gereçler:**
  - 1 kg kabak
  - 2 adet kuru soğan
  - 150 g beyaz peynir
  - 160-180 gr un
  - 4 adet yumurta
  - 2 demet dereotu
  - 2 gr karabiber
  - 5 gr tuz

İşlem Basamakları	**Öneriler**
➢ Araçları hazırlayınız.	➢ Sanitasyon ve hijyen kurallarına uyunuz. ➢ Planlı çalışınız. ➢ Yemeğe uygun tencereyi tezgâha getiriniz. ➢ Tava, tabak, doğrama tahtası, tahta kaşık, bıçak, rende ve süzgeci tezgâha getiriniz. ➢ Ocağı tencerenin büyüklüğüne uygun seçiniz.
➢ Gereçleri hazırlayınız.	➢ Sebzeleri tezgâha çalışma düzenine göre diziniz. ➢ Maydanozu ve dereotunu julienne usulü doğrayınız. ➢ Soğan ve peyniri rendeleyiniz. ➢ Kabakları rendeleyerek suyunu sıkınız. ➢ Diğer harç malzemelerini ayrı kaplar içerisinde tezgâha getiriniz. ➢ Sebzeleri hazırlarken ekonomik olunuz.
➢ Mücver harcını hazırlayınız.	➢ Kabak, soğan, peynir, maydanoz, un, yumurta, tuz ve biberi bir kâsede iyice karıştırınız.
➢ Mücveri kızartınız.	➢ Önceden kızdırılmış yağ kullanınız. ➢ Harcı yağa kaşıkla dökünüz.

	➢ Yakmadan kızartmaya dikkat ediniz. ➢ Kızaran mücverleri kağıt havlu yayılmış kaba çıkartarak yağının süzülmesini sağlayınız.
➢ Mücveri servise hazırlayınız.	➢ Türk Mutfağında mücverlerin sıcak verildiğin unutmayınız ➢ Mücverleri sıcak ya da soğuk olarak servise alabilirsiniz. ➢ Mücver tabağını limon dilimleri ve maydanoz ve dereotu yapraklarıyla süsleyiniz. ➢ Sıcak olarak verildiğinde yanında sarımsaklı yoğurt veriniz.



Resim 1.13: Mücver

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

ÖLÇME SORULARI

Bu faaliyet sonunda kazandıklarınızı aşağıdaki soruları cevaplandırarak ölçünüz.

Aşağıdaki soruları dikkatlice okuyarak doğru seçeneği işaretleyiniz.

1. Aşağıdakilerden hangisi Türk mutfağının sıcak sebze yemeklerinden <u>değildir</u>?
A) Bastılar
B) Musakkalar
C) Dizmeler
D) Zeytinyağlı sarmalar

2. Aşağıdakilerden hangisi musakkalarla oturtmaların ortak özelliğidir?
A) Harçlarının aynı olması
B) Pişirilecek tencerenin çukur olması
C) Kuşbaşı et kullanılması
D) Pişerken şeker ilave edilmesi

3. Aşağıdakilerden hangisi mücverleri diğer sıcak yemeklerden ayıran özelliktir?
A) Sebzelerin önce haşlanıp sonra kızartılmaları
B) İçinde et olmaması
C) Pişerken tereyağı veya sadeyağ kullanılması
D) Besleyici değerlerinin çok yüksek olması

4. Türk Mutfak geleneğinde en az görülen sebze yemeği grubu hangisidir?
A) Bastılar
B) Dolmalar
C) Kavurmalar
D) Hiçbiri

5. Türk Mutfağında sebze yemeklerinde et olarak en çok hangi hayvan kullanılır?
A) Dana
B) Tavuk
C) Keçi
D) Kuzu

6. Aşağıdaki ifadelerden hangisi yanlıştır?
A) Patates oturtması
B) Kabak musakkası
C) Yaprak dolması
D) Fasulye bastısı

7. Aşağıdakilerden hangisi etli sebze yemeklerinin sebzeli kebaplardan farkıdır?

A) Etin daha az kullanılması
B) Sebzenin daha az kullanılması
C) Pişirme yöntemlerinin farklı oluşu
D) Besleyici değerlerinin farklı oluşu

8. Tava yemekleri hangi yiyeceklerle servise sunulurlar?

A) Makarna
B) Pilav
C) Sebze garnitürleri
D) Sarımsaklı yoğurt

9. Aşağıdakilerden hangisi, pişirilmesine yakın üzerine yumurta kırılarak tamamlanan yiyecek grubudur?

A) Bastılar
B) Musakkalar
C) Mücverler
D) Kavurmalar

UYGULAMALI TEST

Seçtiğiniz bir sıcak sebze yemeğini hazırlayınız.

Bu faaliyet kapsamında aşağıda listelenen davranışlardan kazandığınız beceriler için **Evet,** kazanamadıklarınız için **Hayır** kutucuklarına (X) işareti koyarak kontrol ediniz.

Adı Soyadı	**Tarih**	
Sınıf: **Modülün adı:** **Faaliyet No:**	**Evet**	**Hayır**
1. Hijyen ve sanitasyona kurallarına uygun hazırlığınızı yaptınız mı?		
2. Uygun araçları seçtiniz mi?		
3. Uygun gereçleri seçtiniz mi?		
4. Tekniğine uygun olarak sebzeleri hazırladınız mı?		
5. Tekniğine uygun olarak harcını hazırladınız mı?		
6. Tekniğine uygun pişirme yöntemiyle pişirdiniz mi?		
7. Tat, koku, görünüş ve kıvamı yemeğin özelliğine uygun mu?		
8. Özelliğine uygun olarak servise hazırladınız mı?		

DEĞERLENDİRME

Değerlendirme sonunda "Hayır" şeklindeki cevaplarınızı bir daha gözden geçiriniz. Kendinizi yeterli görmüyorsanız öğrenme faaliyetini tekrar ediniz. Bütün cevaplarınız "Evet" ise bir sonraki öğrenme faaliyetine geçiniz.

ÖĞRENME FAALİYETİ–2

AMAÇ

Türk Mutfağına özgü soğuk sebze yemeklerini istenilen lezzet kıvam ve görünümde pişirerek servise hazır hale getirebileceksiniz

ARAŞTIRMA

- Bulunduğunuz çevredeki yöresel soğuk sebze yemeklerini araştırınız.
- Çevrenizdeki restoranlardan ve kurum mutfaklarından soğuk sebze yemeklerini araştırınız.
- Çevrenizdeki otellerin mutfaklarında soğuk sebze yemeklerinin çeşitlerini araştırınız.

2. SOĞUK SEBZE YEMEKLERİ

2.1. Soğuk Sebze Yemeklerinin Türk Mutfağındaki Yeri ve Önemi

Soğuk sebze yemekleri denilince aklımıza zeytinyağlı yemekler gelir. Zeytinyağı neredeyse Anadolu'da yaşayan ilk insanlar kadar eski bir geçmişe sahiptir. Asya'dan Anadolu'ya gelen Türkler zeytinyağı ile Doğu Roma mutfağıyla tanışmışlar ve zeytinyağını tanıyan ülkeleri geçerek ayrı bir başlık bölüm oluşturan zeytinyağlı yemeklerimiz gelişerek ün kazanmıştır. Hiçbir mutfakta zeytinyağlı yemekler Türk zeytinyağlı yemekleriyle kıyaslanamaz. Zaten çeşitleri, isimleri bile yoktur.

Zeytinyağı Anadolu'da yetişen çok lezzetli zeytin türlerinden elde edilir. Ege, Güney Marmara, Akdeniz kıyıları Antep, Kilis bölgelerinde yetişen zeytin ve bu yörelerde de zeytinyağının çok kullanılmasına, etli yemeklerde bile zeytinyağının tercih edilmesine neden olmuştur. İç ve Doğu Anadolu'da zeytinyağı daha az kullanılır.

Zeytinyağlı sebze yemekleri soğuk yemeklerin en cazip şekilleridir. Soğuk büfelerde, soğuk ordövrlerde pek çok çeşit olarak rahatlıkla yer alır.

2.1.1. Zeytinyağlı Sebze Yemekleri Hazırlamada Dikkat Edilecek Noktalar

Zeytinyağlı sebze yemekleri de üç yolla hazırlanır:

- Hepsi çiğden konularak pişirilir, özellikle de sağlık açısından uygundur.
- Sebzeler soğan ve diğer kullanılan yiyecekler kavrularak hazırlanır.
- Bir kısmı kavrulur bir kısmı herhangi bir pişirme işleminden geçmeden ilave edilir.

Zeytinyağlı sebze yemekleri hazırlamada dikkat edilecek noktalar

- Zeytinyağlı yemekler hazırlanırken özel lezzetini olumlu yönde etkilediği için mutlaka şeker konulur. 4-5 porsiyon için bir kesme şeker veya 1 çay kaşığı toz şeker uygun olur.
- Zeytinyağlı yemekler piştikleri tencereden kapalı olarak soğutulursa şekilleri daha düzgün olur, lezzetleri ve renkleri de olumlu yönde etkilenir.
- Zeytinyağlı yemekler çok uzun süre bekletilmeden tüketilir.
- Zeytinyağlı yemeklere su yerine yağı alınmış et suyu konursa daha lezzetli olur.
- Genel olarak pilakilerin ve diğer zeytinyağlı yemeklerin yapımındaki esas, zeytinyağında soğanı kavurduktan sonra sebzeleri ilave edilerek önce kendi sularında pişirmektir. Gerekiyorsa çok az su eklenebilir. Yemek piştikten sonra sebzelerin üzerinde sadece yağ ve sos kalmalı ve parlak renkli güzel bir görünümü olmalı.
- Yemeğe ilave edilecek su miktarı sebzenin çeşidine göre ayarlanmalıdır.
- Bu yemek çeşitlerinin hazırlanmasında sarımsak da çok kullanılan bir sebzedir. Yemeğe güzel bir aroma kazandırması açısından önemlidir.
- Yemek soğuk olarak servise alınır.
- Piştikten sonra üzerine çiğ zeytinyağı gezdirilir.
- Soğuturken kapağının kapalı olmasına dikkat edilmelidir.
- Yemeği servis yaparken türüne uygun olarak, üzerine sarımsaklı nar ya da koruk ekşisi gezdirilebilir ya da yanında verilebilir.
- Yemek türüne uygun olmak şartıyla sarımsaklı yoğurtla servis yapılabilir
- Servis tabağını süslerken maydanoz ve limon dilimleri kullanılır**.**

2.1.2. Zeytinyağlı Sebze Yemeklerinin Çeşitleri ve İşlem Basamakları

2.1.2.1. Zeytinyağlı Yaz Sebzeleri

- **Zeytinyağlı taze fasulye**
  - **Gereçler**
    - 1 kg. taze fasulye
    - 200 gr. (2 orta boy) soğan
    - 200 gr. concasse domates
    - 10 gr toz seker
    - 125 ml. (1/2 su bardağı) zeytinyağı
    - 350 ml su

- **İşlem Basamakları**
    - Fasulyeleri ayıklayıp ince dilimleyin, yıkayıp süzdükten sonra tencereye yerleştirin, üzerine ince kıyılmış soğanı ve domatesi koyun.
    - Malzemenin üzerine yağlı kâğıt örtüp, tencerenin kapağını kapatın.
    - Ağır ateşte, yaklaşık 20 dakika fasulyeler renk değiştirinceye kadar pişirin.
    - Kapağı ve yağlı kâğıdı kaldırıp, suyunu ilave edin.
    - Kapağı kapatıp yine ağır ateşte yaklaşık 1 saat pişirin.
    - Yemek pisince tencereyi ateşten alın. Kapağını açmadan soğumaya bırakın.




Resim 2. 1: Zeytinyağlı taze fasulye ve Zeytinyağlı taze bakla

- **Zeytinyağlı taze bakla**
  - **Gereçler**
    - 600 gr taze bakla
    - Yarım demet dereotu
    - 90 ml zeytinyağı
    - 5 gr un
    - 180 ml oda sıcaklığında su
    - Tuz
    - 1 adet büyük boy kuru soğan
    - 2 adet kesme şeker
    - 2-3 yemek kaşığı limon suyu

- **İşlem Basamakları**
  - Baklaları ayıklayarak yıkayın. Uçlarını kesin ve boylarına göre 2-3 parçaya bölün.
  - Bir tencerede yağı kızdırın ve brunoise doğranmış soğanları rengi sararana kadar bir miktar tuzla ve şekerle kavurun. Tuz ve şeker soğanın çabuk sararmasını sağlar.
  - Baklaları ekleyin. Tahta kaşıkla hepsini karıştırıp, 10 dakika kadar baklaları sarartın.
  - Oda sıcaklığındaki ½ bardak suya limon suyu ve 1 tatlı kaşığı unu ekleyin. Topak kalmaması için iyice karıştırın. Suyu, tencereye ekleyip, hafifçe tencereyi sallayın. Tencerenin kapağını kapatın.
  - Baklaların boyutuna göre 50 -60 dakika kadar, tencerenin kapağını hiç açmadan orta ateşte pişirin. Bu sürenin sonunda suyunu çekecek ve yağına kalacaktır.
  - Ocağın altını kapattıktan sonra baklalar soğuyana kadar bekleyin. Servis tabağına alın. Üzerine sızma zeytinyağı gezdirin ve ince doğranmış dereotu serpiştirerek servis yapın. Yanına sarımsaklı yoğurt vererek servis ediniz.

Not: Kuru soğan yerine taze soğanla yapılması önerilir ve bakla pişerken içine dereotu sapları konur ve piştikten sonra saplar alınır bu şekilde daha lezzetli olur

➢ **Zeytinyağlı enginar (sebzeli)**

- **Gereçler:**
  - 6 adet enginar
  - 2 adet patates
  - 16 adet arpacık soğan
  - 1 adet küçük kereviz
  - 3 adet iri havuç
  - 280 ml zeytinyağı
  - ½ limon suyu
  - 10 gr toz şeker
  - 200-250 ml su

- **İşlem Basamakları**
  - Enginarlar ayıklanıp hazırlandıktan sonra limonla ovulur.
  - Tüm sebzeler tavla zarı büyüklüğünde doğranır.
  - Arpacık soğanlar soyulduktan sonra bütün olarak kullanılır.
  - Tencereye önce enginarlar dizilir.
  - Etrafına diğer sebzeler yerleştirilir.

- Zeytinyağı, şeker, tuz, limon suyu ve su eklenerek hafif ateşte enginarlar yumuşayıncaya kadar pişirilir.
- Suyunu pişmeden çekerse sıcak su eklenmelidir.

➢ **İmambayıldı**

- **Gereçler:**
  - 4 küçük boy kemer patlıcanı
  - 5 soğan
  - 6 çorba kaşığı zeytinyağı
  - 6 diş sarımsak
  - 3 domates
  - Yarım demet maydanoz
  - 100 ml su
  - 10 gr toz şeker
  - Kızartma yağı
  - Tuz

- **İşlem Basamakları**
  - Patlıcanların sap kısımlarını kısaltıp alacalı soyun. Üzerini örtecek kadar tuzlu suda 15 dakika bekleterek acısının çıkmasını sağlayın.
  - Sudan çıkardıktan sonra iyice kurulayın. (İyi kurulanmazsa kızgın yağa atılınca yağ patlar)
  - Kızgın yağda kızartıp küçük bir tepsiye yerleştirin. Ortasında bıçakla boylamasına yarık açın.
  - Fırını 200 (turbo 180) derecede ısıtın.
  - Soğanları piyazlık doğrayın. Biraz tuzla birlikte 4 çorba kaşığı zeytinyağında sararıncaya kadar kavurun. Soğanlar bol olduğu için en az 20 dakika sürer.
  - Üzerine doğranmış sarımsakları ilave edin, 2-3 dakika daha kavurun. Concasse (küp küp) doğranmış domatesleri katın. Şekerini koyun, tuzuna bakın. Domates suyunu çekinceye kadar pişirin. İncecik kıyılmış maydanozu da ekleyip ateşten alın. Hazırladığınız harcı patlıcanların karınlarına paylaştırın. 1 çay bardağı suyu tepsiye dökün. 2 çorba kaşığı zeytinyağını patlıcanların üzerine gezdirin. Suyunu çekene kadar, imambayıldıları yaklaşık 20 dakika fırınlayın. Tepsinin içinde ılınmaya bırakın. Servis tabağına alırken dağılmamasına özen gösterin.



Resim 2. 2: İmambayıldı ve Zeytinyağlı enginar (sebzeli)

2.1.2.2. Zeytinyağlı Kış Sebzeleri

- **Zeytinyağlı pırasa**
  - **Gereçler:**
    - 1 kilogram pırasa
    - 2 adet havuç
    - 1 kahve fincanı pirinç
    - 1 çay kaşığı toz şeker
    - Tuz
    - Limon
  - **İşlem Basamakları**
    - Pırasalar ayıklanır, yıkanır. 3-4cm uzunlukta kesilir. Havuçlar vichy doğranır.
    - Tencereye yağ, pırasalar ve doğranmış havuçlar konur. Silkeleyerek 10 dakika pişirilir.
    - Tuz ilave edildikten sonra 2 su bardağı sıcak su, şeker ve 1/2 limonun suyu ilave edilip pişmeye bırakılır.
    - Suyunu çekip pişince söndürülür. Piştiği kapta kapalı olarak soğumaya bırakılır.
    - Soğuk servis yapılır. Limon ve kıyılmış maydanozla servis edilir.



Resim 2. 3: Zeytinyağlı pırasa yemeği

- **Ekşili pırasa**
  - **Gereçler:**
    - 1 kg pırasa
    - 1 su bardağı zeytinyağı
    - 50-75 ml su
    - 2 yemek kaşığı sirke
    - 5 gr tuz
    - 10 gr şeker
    - 15-20 gr un

  - **İşlem Basamakları**
    - Pırasalar ayıklanarak parmak uzunluğunda verev doğranır.
    - Kaynar suda haşlanarak kevgirle alınır, suyu süzdürülür.
    - Bu aşamada istenirse boyuna incecik kıyılarak yassı köfte görünümünde sıkılabilir
    - Pırasalar una tamamen bulanarak kızgın zeytinyağında kızartılır ve tencereye dizilir
    - Üzerine su, şeker, sirke ve tuz eklenerek hafif ateşte pişirilir.

- **Zeytinyağlı kereviz**
  - **Gereçler:**
    - 2 adet kereviz
    - 2 adet havuç
    - 1 adet patates
    - 10 adet arpacık soğan
    - Bezelye
    - 15 gr un
    - 90-100 ml Zeytinyağı

- 5 gr Tuz
- 10 gr Şeker
- Su

- **İşlem Basamakları**
  - 2 adet kerevizi ortadan 2’ye kesin. Orta kısımlarını boşaltın.
  - Havucu, patatesi mire poix doğrayın.
  - Tencereye 15 gr un koyun. Üzerine su ekleyin.
  - Üzerine kerevizleri yerleştirin.
  - Havucu, patatesi, bezelyeyi arpacık soğanları ilave edip pişirin.
  - Servis tabağına kerevizleri alın orta kısımlarına havuçlu patatesli karışımı ilave edip servis edin.
  - Kereviz pişirirken yemeğin suyunu tamamen çekmemesine özen gösterin ve gerekirse biraz daha su ekleyin.
  - Zeytinyağlı kerevizi soğuduktan sonra servis tabağına alıp, üzerine maydanoz serperek sunabilirsiniz.



Resim 2. 4: Zeytinyağlı kereviz yemeği

2.1.2.3. Pilakiler

Ana malzemeye bol soğan, sarımsak, maydanoz ve havuç eklenerek zeytinyağıyla pişirilen ve soğuk olarak yenen yemeklere pilaki denir. Zeytinyağlı yemeklere benzer.

➢ **Domates pilakisi**

- **Gereçler:**
  - 5 adet iri domates
  - 5 adet iri soğan
  - 65-70 ml zeytinyağı

- 2 yemek kaşığı limon suyu
- 5 gr tuz

- **İşlem Basamakları**
  - Soğanlar vichy doğranır ve zeytinyağında kızartılır.
  - Tepsinin altına döşenir.
  - Üzerine kabukları soyularak vichy doğranmış 4 domates yerleştirilir.
  - Kalan soğanlar da domateslerin üzerine yayılır.
  - Kalan domatesin suyu çıkartılarak tuz ve limon suyuyla karıştırılır ve tepsinin üzerine gezdirilir.
  - Hafif ateşte suyunu çekene kadar pişirilir.

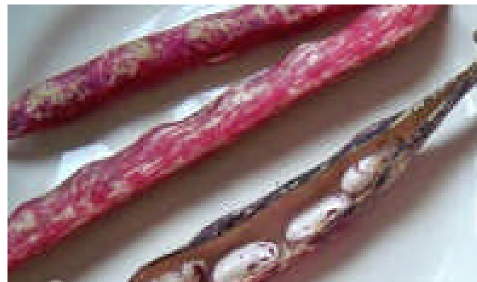
➢ **Patates pilaki**

- **Gereçler:**
  - 500 g patates
  - 3 adet havuç
  - 2 adet soğan
  - 1 adet iri domates
  - 5 diş sarımsak
  - 270 ml su
  - 65 ml zeytinyağı
  - 5 gr tuz
  - 10 gr şeker
  - ½ demet maydanoz

- **İşlem Basamakları**
  - Yağla brunoise doğranmış soğan kavrulur.
  - Vichy usulü doğranmış havuçlar eklenerek kavurmaya devam edilir.
  - Diş sarımsaklar ve domateslerde eklenerek birkaç kez daha çevrilir.
  - Tuz, şeker ve su ilave edilerek bir taşım kaynatılır.
  - Halka doğranmış patatesler eklenir.
  - Hafif ateşte patatesler yumuşayıncaya kadar pişirilir.
  - Ateşten alınca dinlenmeye bırakılır.
  - Üzerine kıyılmış maydanoz serpilir.

- **Zeytinyağlı Taze Barbunya Pilaki**
  - **Gereçler:**
    - 500 gr taze barbunya
    - 3 tane havuç
    - 1 tane yeşilbiber veya kırmızıbiber
    - 1 tane büyük soğan
    - 90 ml zeytinyağı
    - 1 domates, soyulmuş, çekirdekleri çıkarılmış ve doğranmış
    - 3-4 adet sarımsak (isteğe göre)
    - 10 gr şeker
    - Tuz

  - **İşlem Basamakları**
    - Temizlenip ayıklanmış barbunyalar iyice haşlanır.
    - Isıtılan yağda ince kıyılmış soğan kavrulur. Havuç ve biber eklenir.
    - Bunlar solunca, tuz, şeker ve yeteri kadar su (yaklaşık 2 bardak) konur.
    - Bütün malzemeler biraz pişince haşlanan barbunya, domates ve sarımsaklar eklenir.
    - Barbunyalar pişip, yemeğin suyu koyulaşınca ocaktan alınıp soğumaya bırakılır.
    - Ateşten indirmeden önce limon suyunu ekleyin. Ve tencerenin ağzını açmadan soğumaya bırakın.
    - Yeterince soğuduğunda üstüne maydanoz yaprakları ve ince yarım ay biçiminde doğranmış limon dilimleri ekleyin. Soğuk ikram edin.

Resim 2. 5: Barbunya pilaki

2.1.2.4. Sebze Kızartmaları

Türk mutfağının ve yaz sofralarının vazgeçilmezi olan kızartmalar lezzetlidir ancak, fazla yağlı yapıldığı takdirde sağlık için zararlı olabilir.

Türkiye'de yapılan araştırmalara göre Türk halkının en sevdiği pişirme şekli kızartmadır. Ancak bu yönteminin en sağlıksız pişirme şekli olduğu konusunda toplumda bir bilinç oluşmuş durumdadır. Az yağ ile kızartma teknikleri ve bunun için pişirme araçları geliştirilmektedir.

Kızartma kolay bir yemektir. Yapmanız gereken tek şey sebzeleri seçmek, yıkamak, dilimlemek ve kızartmaktır. Ancak bazı püf noktalarıyla kızartmaları çok daha güzel ve lezzetli hale getirebiliriz.

- Kızartma yaparken dikkat edilmesi gereken noktalar şunlardır (Bk. 10 sınıf sebze garnitürleri modülü)
  - Sebzeleri hazırladıktan sonra iyice kurulayınız
  - Eşit boyutta dilimleyiniz
  - Bütün kızartılacak sebzeleri (biber, patlıcan gibi) birkaç yerinden delerek kızartınız, aksi halde yağda patlar.
  - Sebzelerin daha lezzetli olması ve az yağ çekmesi için una veya herhangi bir kaplama malzemesine bulayarak kızartabilirsiniz.
  - Kızartma yağı yeterli miktar ve sıcaklıkta olmalı, yeterince kızgın olmayan yağ sebzelerin içine işleyecek ve daha fazla yağ çekmesine neden olacaktır.
  - Bir defada fazla miktarda sebze kızartılmamalıdır. Yağ az sebzeler sıkışık ise sebzeler sadece yağ emer, yeterli miktarda kızarmaz.

- **Patlıcan kızartma**
  - **Gereçler:**
    - 5 adet patlıcan,
    - 700-800 ml kızartma yağı
    - Tuz.

  - **İşlem Basamakları**
    - Patlıcanları yıkayıp kurulayınız,
    - 2'şer cm. ara ile alacalı soyunuz,
    - 1 cm. inceliğinde dairelere kesiniz.
    - Kızartmaya yakın tuzlayınız,
    - Derin bir kapta kızdırılmış yağın içersine kâfi miktarda koyunuz,
    - Altı ve üstü pembe renkte kızartınız.
    - Kâğıt yayılmış bir kaba çıkarınız,
    - Yağı süzülenleri servis tabağına diziniz,
    - Domates sos veya yoğurtla servis yapınız.



Resim 2. 6: Domates soslu patlıcan biber kızartma

- **Kabak kızartma**
  - Kabakları hafifçe kazıyın. Yıkayın süzün.
  - Yarım cm. kalınlığında dilimleyin. Hafif tuz serpin. Bir kevgirde fazla sularının süzülmesi için 10-15dk bekletin.
  - Derin bir tavada 2 su bardağı kadar ayçiçeği yağını yakmadan kızdırın.
  - Bu arada bir tabakta bir miktar un ve bir fiske tuzu karıştırın. Kabak dilimlerini una bulayın, fazla unu silkeleyin ve hemen kızgın yağa bırakın.
  - Altın sarısı oluncaya kadar yüksek ateşte kızartın. Kızaran dilimleri fazla yağlarını süzdürüp, kâğıt havlu üzerine alın.
  - Servis tabağına aktarıp sarımsaklı yoğurtla sıcak servis yapın

- **Biber kızartma**
  - **Gereçler:**
    - 1 kilo çarliston biber
    - 440 ml sıvı yağ
    - Tuz

  - **Sos İçin:**
    - 4 adet orta boy domates
    - 3 diş sarımsak
    - 40-50 ml sıvı yağ
    - 1 yemek kaşığı ketçap
    - Tuz
    - İsteğe göre kekik

- **İşlem Basamakları**
  - Biberler yıkanır süzülür. Enine iri parçalara ayrılır(2-3 parçaya bölmek ideal).
  - Domateslerin ve sarımsakların kabukları soyulur, rendelenir.
  - Teflon tavaya sıvı yağ eklenir ve domatesli karışım kavrulmaya başlanır, pişmesine yakın ketçap eklenir ve 5 dk daha pişirilir.
  - Biberler kızgın yağda kızartılır. Hazırladığımız sos üzerine dökülür ve servis yapılır.



Resim 2. 7: Domates soslu karışık kızartma

2.1.2.5. Yöresel Zeytinyağlı Yemekler

- **Pancar Kavurması:** Bu bitkinin kökleri iyice yıkandıktan sonra haşlanır. Daha sonra kabukları soyularak küçük küp şeklinde doğranır. Zeytinyağında kavrulur. Bir miktar maydanoz eklenmesi iyi olur. Soğuduktan sonra üzerine sarımsaklı yoğurt dökülerek servis yapılır.
- **Pırasa Sapı Kavurması:** Pırasanın yeşil yaprakları küçük doğranır. İyice yıkandıktan sonra zeytinyağında kavrulur. Daha sonra üzerine yumurta kırılarak karıştırılır. Soğuk ya da sıcak servis yapabilirsiniz.
- **Kabak Çiçeği Dolması:** Yaz aylarının sebzesi olan kabağın çiçekleri sabah erken saatte toplanır. Aksi takdirde çiçekler kapanır ve içi doldurulamaz. Çiçek toplandıktan sonra alt kısmındaki dikenli bölüm temizlenir. Yıkandıktan sonra içine pirinç, rendelenmiş soğan, yarım demet ince kıyılmış maydanoz. Tuz, karabiber, kuru nane, rendelenmiş 2 orta boy domates ve zeytinyağıyla hazırlanan dolma harcı doldurulur. Çiçeğin yaprakları içine doğru kıvrılarak yaprak kısmı yukarı gelecek şekilde tencereye boşluk kalmayacak şekilde yerleştirilir. Tencereye dolmaları geçmeyecek kadar su ilave edilip kısık ateşte pişirilir. Daha sonra yoğurtla servis yapılır.
- **Zeytinyağlı Semizotu:** Eğer bu yemeği doğadan topladığınız yabani semizotlarıyla yaparsanız ıspanak gibi çok su kaybedip küçülmez. İyice yıkayıp ayıkladığınız semizotlarını doğrayıp tencereye alın. Üzerine domates rendeleyip

ince doğranmış soğanları, zeytinyağı ve tuzu ekleyip biraz karıştırın. Daha sonra az miktarda su ekleyip kısık ateşte pişirin. Arzu ederseniz sebzeler ölünce yıkanıp sıcak suda bekletilmiş pirinç ilave edebilirsiniz. Domateslerin rengi olmadığı kış aylarında salçayla da yapabilirsiniz.

- **Taze Börülce Yemeği:** Börülceleri iyice yıkayıp ayıklayın. Zeytinyağında kavurduğunuz salçaya su, rendelenmiş domates, ince doğranmış soğan ve börülceleri ekleyin. Tuzunu da ilave edip kısık ateşte pişirin.
- **Zeytinyağlı Arapsaçı:** Arapsaçını temizleyin. 5-6 cm uzunluğunda parçalara böldükten sonra tencereye koyun. ½ kg arapsaçına 45-50 ml zeytinyağı, dilimlenmiş yarım limon, 550 ml, 1 tane bütün olarak orta boy soğan ekleyin. Yaklaşık 45 dk. 1 saat pişirin. Piştikten sonra soğanı içinden çıkarın. Soğuyunca zeytinyağı, tuz ve limonla yaptığınız sosu ekleyip servis yapın.
- **Yoğurtlu Arapsaçı:** Yine yukarıdaki gibi hazırladığınız arapsaçına 1 çorba kaşığı un, 3 çorba kaşığı yoğurt ve 1 çay kaşığı suyu iyice çırparak yavaşça ekleyin ve karıştırın. 10-15 dk. Daha pişirin. Soğuyunca servis yapın.

Not: Damak zevkinize göre bu yemekler göz kararıyla yapılır. Ayrıca yanında lezzetli zeytin, soğan veya turşu olabilir.

- **Diğer zeytinyağlı soğuk yemek çeşitleri**
  - Ekşili kabak
  - Ekşili patlıcan
  - Kabak bayıldı
  - Türlü sebze pilakisi
  - Zeytinyağlı iç baklalı enginar
  - Zeytinyağlı, havuç, ıspanak vb.

2.1.3. Servise Hazırlanmasında Dikkat Edilecek Noktalar.

- Türk mutfağında zeytinyağlı olarak hazırlanan yemekler soğuk yemekler grubuna girse birçok yörede sıcak olarak tüketildiği de bir gerçektir.
- Ayrıca Türk mutfağında sıcak sebze yemeklerinde verilmiş olan tavalar ve mücverler de artık ticarî mutfaklarda soğuk olarak da servise sunulmaktadır.
- Soğuk sebze yemekleri soğuk olarak servis edilir.
- Piştikten sonra üzerine çiğ zeytinyağı gezdirilir.
- Soğuturken kapağının kapalı olmasına dikkat edilmelidir.
- Yemeği servis yaparken türüne uygun olarak, üzerine sarımsaklı nar ya da koruk ekşisi gezdirilebilir ya da yanında verilebilir.
- Yemek türüne uygun olmak şartıyla sarımsaklı yoğurtla servis yapılabilir.
- Servis tabağını süslerken maydanoz ve limon dilimleri kullanılır**.**

UYGULAMA FAALİYETİ

- **Zeytinyağlı pırasa pişiriniz**
  - 1 kilogram pırasa
  - 2 adet havuç
  - 1 kahve fincanı pirinç
  - 1 çay kaşığı toz şeker
  - Tuz
  - Limon

İşlem Basamakları	Öneriler
➢ Araçları hazırlayınız.	➢ Sanitasyon ve hijyen kurallarına uyunuz. ➢ Planlı çalışınız. ➢ Yemeğe uygun tencereyi tezgâha getiriniz. ➢ Tava, tabak, doğrama tahtası, tahta kaşık, bıçak, rende ve süzgeci tezgâha getiriniz. ➢ Ocağı tencerenin büyüklüğüne uygun seçiniz.
➢ Gereçleri hazırlayınız.	➢ Sebzeleri tezgâha hazırlayınız. ➢ Sebzelerin ön hazırlıklarını yapınız. ➢ Pırasaları 3-4 cm boyunda verev, havuçları vichy doğrayınız. ➢ Soğanları brunaise doğrayınız ➢ Gereçleri ayrı kaplar içerisinde tezgâha getiriniz. ➢ Sebzeleri hazırlarken ekonomik olunuz.
➢ Yemeği pişiriniz: ➢ Yağla soğanı kavurunuz. ➢ Havuçları ve pırasayı ekleyiniz. ➢ Tencereyi sallayıp alt üst ederek sebzeleri kavurunuz. ➢ Tuz, 2 su bardağı sıcak su, şeker ve 1/2 limonun suyu ilave edip pişirmeye devam ediniz.	➢ Önce soğanı sonra havuçları ve pırasayı kavurunuz. ➢ Pırasaların dağılmaması için kaşık kullanmadan tencereyi sarsarak alt üst ediniz. ➢ Pişirme esnasında sıcak su kullanınız.

➢ Kısık ateşte sebzeler yumuşayıncaya kadar pişiriniz ➢ Ateşten alınca dinlendiriniz. ➢ Üzerine kıyılmış maydanoz serpiniz.	
➢ Yemeği dinlendiriniz/soğutunuz.	➢ Yemeği kapağı kapalı olarak dinlendiriniz/ soğutunuz.
➢ Yemeği servise hazırlayınız.	➢ Kıyılmış maydanozla veya maydanoz dallarıyla süsleyiniz. ➢ Süslemede limon dilimleri de kullanabilirsiniz.

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Bu faaliyet sonunda kazandıklarınızı aşağıdaki soruları cevaplandırarak ölçünüz.

Aşağıdaki soruları dikkatlice okuyarak doğru seçeneği işaretleyiniz.

1. Aşağıdakilerden hangisi zeytinyağının en az kullanıldığı bölgedir?
A) Ege Bölgesi
B) Akdeniz Bölgesi
C) Marmara Bölgesi
D) Doğu Anadolu Bölgesi

2. Aşağıdaki yemek gruplarından hangisi soğuk olarak da servis yapılabilir?
A) Kızartmalar
B) Bastılar
C) Musakkalar
D) Oturtmalar

3. Zeytinyağlı yemeklere şeker konmasının nedeni aşağıdakilerden hangisidir?
A) Miktarını çoğaltmak için
B) Lezzetini olumlu yönde etkilediği için
C) Besleyici değerini artırmak için
D) Görüntüsünü güzelleştirmek için

4. Aşağıdaki ifadelerden hangisi yanlıştır?
A) Zeytinyağlı yemeklere su yerine yağı alınmış et suyu konulsa daha iyi olur
B) Zeytinyağlı yemekler çok uzun süre bekletilmeden tüketilmelidir.
C) Zeytinyağlı yemekler piştikleri tencerede kapak açık olarak soğutulmalıdır.
D) Zeytinyağlı yemeklere mutlaka şeker konmalıdır.

5. Aşağıdaki zeytinyağlı sebze yemekleri pişirme yöntemlerinden hangisi sağlık açısından en uygundur?
A) Hepsinin çiğden konularak pişirilmesi
B) Hepsinin kavrulduktan sonra pişirilmesi
C) Bir kısmının kavrularak, bir kısmının çiğden konularak pişirilmesi
D) Uzun süre pişirilmesi

DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise “Modül Değerlendirme”ye geçiniz.

MODÜL DEĞERLENDİRME

Seçtiğiniz bir sıcak veya soğuk sebze yemeğini özelliğine uygun olarak pişirerek servise hazır hale getiriniz.

Değerlendirme Ölçütleri	Evet	Hayır
1. Kıyafetinizi eksiksiz giydiniz mi ?(gömlek, kep, fular, önlük, pantolon, terlik)		
2. Kıyafetiniz temiz ve ütülü mü?		
3. Kişisel bakımınızı yaptınız mı ?(banyo, tırnak, saç, sakal, el yıkama)		
4. Takılarınızı çıkardınız mı? (yüzük, saat, kolye, bileklik, küpe)		
5. Araçlarınızı doğru seçtiniz mi?		
6. Gereçlerinizi doğru seçtiniz mi?		
7. Yapacağın yemeğe uygun malzemeleri hazırladın mı?		
8. Sebzelerin hazırlığını yaptınız mı?		
9. (Varsa)Kurubaklagil ve tahılları uygun şekilde hazırladınız mı?		
10. (Varsa)Etleri uygun şekilde hazırladınız mı?		
11. Yemeği istenilen özellikte pişirdin mi?		
12. Ürünün değerlendirilmesi		
13. Ürünün görüntüsü istenilen nitelikte mi?		
14. Ürünün pişmişliği istenilen nitelikte mi?		
15. Ürünün lezzeti istenilen nitelikte mi?		
16. Ürünün kokusu istenilen nitelikte mi?		

DEĞERLENDİRME

Yukarıdaki modül değerlendirme testini öğretmeninizin gözetiminde uygulayınız. Uygulamanız sonucunda Hayır cevabınız fazla ise modülü tekrarlayınız. Evet, cevaplarınız fazla ise, öğretmeninizin kararıyla bir sonraki modüle geçiniz.

CEVAP ANAHTARLARI

ÖĞRENİM FAALİYETİ 1'İN CEVAP ANAHTARI

1	**D**
2	**A**
3	**B**
4	**D**
5	**D**
6	**C**
7	**A**
8	**D**
9	**D**

ÖĞRENİM FAALİYETİ 2'NİN CEVAP ANAHTARI

1	**D**
2	**A**
3	**B**
4	**C**
5	**A**

KAYNAKÇA

- CEMAL Türkan, **Mutfak Teknolojisi**, Detay Yayınları
- HALICI Nevin, **Türk Mutfağı**, Güven matbaası, Ankara, 1990
- GÜRMAN Ülker, **Yemek Pişirme Teknikleri ve Uygulaması I**, MEB Yayınları, İstanbul, 2003
- GÜRMAN Ülker, Yemek **Pişirme Teknikleri ve Uygulaması II**, MEB Yayınları, İstanbul, 2003
- GÜRMAN Ülker, Yemek **Pişirme Teknikleri ve Uygulaması III**, MEB Yayınları, İstanbul, 2003
- TÜTER CEMALİYE, **Açıklamalı Yemek kitabı 2**, İnkılap Kitabevi Yay. San.ve Tic.A.Ş, İstanbul
- KAYA Ahmet; Temel **Mutfak Bilgisi**
- ERTÜRK Necip, **Fransız Mutfak Sanatı**
- ARLI Mine ve arkadaşları, **Yiyecek Üretim Teknikleri 1**, Yapa yayınevi, İstanbul 2002
- ŞAVKAY Tuğrul**, Hürriyet yemek ansiklopedisi cilt 2**, Hürgün Gazetecilik ve Matbaacılık A.Ş.
- ŞAVKAY Tuğrul, **Şefin Sofrası**, UBF food solitions
- Şefin Sofrası, Unipro Yayınları NO: 14, 15, 16
- ŞAVKAY Tuğrul**, Osmanlı Mutfağı,** Şekerbank T.A.Ş. Basın ve Halkla İlişkiler Müdürlüğü ve Radikal gazetesi, İstanbul, 2000
- CILIZOĞLU Leman, **Yemek Pişirme**, Ankara
- GÜRSOY Deniz, **Yöresel Mutfağımız**, Oğlak baskı hizmetleri, İstanbul, 2001
- Türk Mutfak Kültürü üzerine Araştırmalar, İnoksan, Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayın no 3, Ankara, 1993
- GÜREL Raşit, **Evin** Yemeği, Fon matbaası, Ankara